2025

9

September

野菜たっぷりメニュー！

Hello Delivery

ハローランチ
地域の旬を、地域の味で！
愛をはこぶお弁当

Monday　Tuesday　Wednesday　Thursday　Friday

1

ハンバーグトマトソース
熱量 349kcal　タンパク質 16.2g　脂質 16.1g　炭水化物 38.1g　食塩相当量 3.2g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

2

豚キムチ
熱量 367kcal　タンパク質 12.9g　脂質 20.1g　炭水化物 30.5g　食塩相当量 3.5g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

3

大好き！チキン南蛮
熱量 332kcal　タンパク質 15.2g　脂質 13.8g　炭水化物 33.2g　食塩相当量 3.6g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

4

豚肉のペッパーソース
熱量 411kcal　タンパク質 13.6g　脂質 19.1g　炭水化物 28.3g　食塩相当量 3.6g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

5

レモン風味チキンカツ
熱量 431kcal　タンパク質 15.7g　脂質 25.7g　炭水化物 31.5g　食塩相当量 3.0g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

8

スパイシー！タンドリーチキン
熱量 368kcal　タンパク質 15.7g　脂質 17.5g　炭水化物 32.6g　食塩相当量 2.9g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

9

甘辛タレメンチ
熱量 427kcal　タンパク質 13.6g　脂質 20.7g　炭水化物 42.6g　食塩相当量 3.5g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

10

カラフル焼き肉
熱量 347kcal　タンパク質 15.9g　脂質 16.9g　炭水化物 27.6g　食塩相当量 3.4g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

11

※写真はイメージです。
※弁当容器でお届けします。
大分県名物！とり天
熱量 480kcal　タンパク質 21.0g　脂質 26.4g　炭水化物 36.9g　食塩相当量 3.7g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

12

魚のみそ煮風
熱量 424kcal　タンパク質 16.3g　脂質 19.1g　炭水化物 44.0g　食塩相当量 3.6g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

キリトリ線で切ってお使いください。

15
敬老の日

16

グリルチキン
熱量 397kcal　タンパク質 14.7g　脂質 20.6g　炭水化物 34.5g　食塩相当量 3.2g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

17

豚肉のサムジャンソース
熱量 320kcal　タンパク質 16.6g　脂質 16.5g　炭水化物 22.5g　食塩相当量 3.4g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

18

やわらかヒレカツ
熱量 362kcal　タンパク質 15.1g　脂質 16.8g　炭水化物 34.8g　食塩相当量 2.5g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

19

キーマカレー＆エビフライ
熱量 320kcal　タンパク質 12.2g　脂質 13.9g　炭水化物 32.7g　食塩相当量 3.0g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

22

豚肉の生姜焼き
熱量 344kcal　タンパク質 13.3g　脂質 15.6g　炭水化物 32.0g　食塩相当量 3.5g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

23
秋分の日

24

ハンバーグ
熱量 422kcal　タンパク質 14.0g　脂質 19.1g　炭水化物 43.3g　食塩相当量 4.0g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

25

ご飯がすすむ！回鍋肉
熱量 373kcal　タンパク質 18.1g　脂質 18.9g　炭水化物 29.6g　食塩相当量 3.4g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

26

鶏肉の唐揚げ
熱量 384kcal　タンパク質 18.0g　脂質 22.2g　炭水化物 25.3g　食塩相当量 2.9g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

29

あっさり！ねぎ塩チキン
熱量 331kcal　タンパク質 14.1g　脂質 14.9g　炭水化物 32.5g　食塩相当量 2.9g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

30

※写真はイメージです。
※弁当容器でお届けします。
和風おろしとんかつ
熱量 388kcal　タンパク質 12.9g　脂質 16.9g　炭水化物 43.1g　食塩相当量 3.7g
使用原料　卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

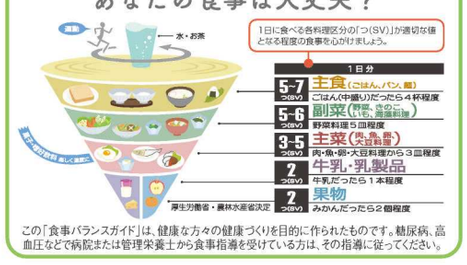
土曜日は オリジナルメニューを お届けします！

ご飯のカロリー表
お米は国産米を使用しています。

	熱量	蛋白質	脂質	炭水化物
ご飯100g	156kcal	2.0g	0.2g	34.6g

※ご飯の量目は、店舗により異なります。
詳細はお近くのハローランチのお店にお問い合わせください。

食事バランスガイド
あなたの食事は大丈夫？



この「食事バランスガイド」は、健康な方々の健康づくりを目的に作られたものです。糖尿病、高血圧などで病院または管理栄養士から食事指導を受けている方は、その指導に従ってください。

使用している8大アレルギー原料の表示をしています。
卵　乳　小麦　そば　落花生　エビ　カニ　くるみ

⚠ 食中毒防止ご協力のお願い
- 昼食は配達当日の午後1時迄にお召し上がりください。
- 直射日光のあたる場所、極端に温度の高い所、湿気の多いジメジメした場所に置かないでください。
- 陽のあたらない風通しの良い場所に保管してください。
- もし万が一、開蓋後、異臭、異物、異変など見られた時、即喫食を中止して当店にご連絡ください。

※お届けはお弁当容器になります。
- 地域により弁当容器が異なる場合がございます。
- 材料入手の関係で多少の変更をさせていただく場合もございます。
- 地域によって食材の変更をさせていただく場合もございます。
- コロッケやフライなど中身が見えるように切っておりますが実際のお弁当は切らずに盛り付けてある場合がございます。
- 掲載している栄養素は、おかずのみの数値です。（目安として表示しております。）
- 容器の回収が翌日になる場合もありますのでご了承ください。
- 弁当容器のまま電子レンジにかけないでください。

※ご注文は、FAXまたは電話でお願いします。 全国VCチェーン総本部／〒950-0863　新潟市東区卸新町1丁目842-23　㈱ハロージャパン　TEL(025)270-6586㈹　http://www.hello-japan.co.jp/
- 食数の変更は早めにお願い致します。時間によりお受けできない場合がございます。なおご連絡は間違い防止のためFAXでお願いします。
- 金曜日までに申込み書に食数を明記の上、担当係員にお渡しください。また、貴社のお休み日を下記の日付に○印を付していただければ幸いです。

※掲載した写真の一切の無断転写、複製を禁じます。

この印刷物は環境に配慮した植物油インキを使用しています。

会議用弁当、行楽弁当、オードブル等ご予算に合わせ調製致します。お気軽にお問い合わせください。

全国VCチェーン ハローランチグループ　キこころランチのデリバリ
商標登録第2-40786号

お申し込みは

お申し込み書

・お客様名　様　・住所　TEL（　　）　―

9月	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)	8(月)
	個	個	個	個	個	個	※	個
	個	個	個	個	個	個	※	個
9月	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)	15(月)	16(火)
	個	個	個	個	個	※	敬老の日	個
	個	個	個	個	個	※	敬老の日	個

キリトリ線

お申し込み書

・お客様名　様　・住所　TEL（　　）　―

9月	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)	22(月)	23(火)	24(水)
	個	個	個	個	※	個	秋分の日	個
	個	個	個	個	※	個	秋分の日	個
9月	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)	29(月)	30(火)		
	個	個	個	※	個	個		
	個	個	個	※	個	個		