

HEIKICHI Lunch Menu

Tel : 048-571-0158
Fax : 048-574-6472

Weekly Lunch		*HEIKICHIのランチ*					
	11月 16日(月)	11月 17日(火)	11月 18日(水)	11月 19日(木)	11月 20日(金)	11月 21日(土)	11月 22日(日)
ランチ A	鶏肉の 醤油糀みりん漬け焼き 338 Kcal	豚ロースのから揚げ 371 Kcal	肉ニラ・竹の子と もやし中華炒め 451 Kcal	麻婆豆腐 247 Kcal	チキンのチーズ焼き 349 Kcal	豚肉の中華卵炒め 474 Kcal	鶏モモ肉の 一口チキンカツ 563 Kcal
ランチ B	タラのマヨネーズ焼き 232 Kcal	アジの塩焼き 和風玉ねぎのソース 163 Kcal	サーモンのムニエル 186 Kcal	サバの竜田揚げ 234 Kcal	ブリ大根 291 Kcal	鮭の塩焼き 185 Kcal	タラの塩こうじ焼き 148 Kcal
ランチ C Aランチ+Bランチ	鶏肉の 醤油糀みりん漬け焼き + タラのマヨネーズ焼き 570 Kcal	豚ロースのから揚げ + アジの塩焼き 和風玉ねぎのソース 534 Kcal	肉ニラ・竹の子と もやし中華炒め + サーモンのムニエル 637 Kcal	麻婆豆腐 + サバの竜田揚げ 481 Kcal	チキンのチーズ焼き + ブリ大根 640 Kcal	豚肉の中華卵炒め + 鮭の塩焼き 659 Kcal	鶏モモ肉の 一口チキンカツ + タラの塩こうじ焼き 711 Kcal
副菜	・ほうれん草と ちくわのゴマ和え ・ゼンマイと 水菜のナムル ・里芋の田楽風 味噌あんかけ ・カレーコロッケ	・大根とゴボウのサラダ ・小松菜と油揚げの和物 ・ひじきの煮物 ・照り肉団子	・キャベツとオリーブ のツナサラダ ・蒸し鶏と胡瓜 ゴボウの梅肉和え ・切干し大根の煮物 ・たこキャベツカツ	・マカロニサラダ ・じゃがいもの ジャーマンポテト風 ・さつま揚げの煮物 ・肉焼売	・しめじとブロッコリー のコンソメ炒め ・えのきと卵の炒め物 ・つみれの煮物 ・イカ野菜カツ	・きのこのマリネサラダ ・厚揚げの煮物 ・ひよこ豆の チリコンカン ・白身魚のフライ	・ピーマンと ジャコの醤油炒め ・ゴボウの黒胡麻和え ・茄子の揚げ浸し ・海鮮焼売
カレー 丼	カレーライス 522 Kcal	カレーライス 522 Kcal	カレーライス 522 Kcal	カレーライス 522 Kcal	カレーライス 522 Kcal	カレーライス 522 Kcal	カレーライス 522 Kcal
麺	きつねうどん 446 Kcal	天ぷらうどん 445 Kcal	たぬきうどん 378 Kcal	豚バラカレーうどん 586 Kcal	牛すきうどん 588 Kcal		

- ★ご注文はAランチ、Bランチ、Cランチ、カレー・丼より選んでください。副菜はA・B・C共通です。カレー・丼に副菜はつきません。
- ★CランチはAランチ・Bランチの2種類の主菜が入ります。
- ★ご注文は当日AM9:10までにお願い致します。
- ごはんは、小盛り、普通盛り、大盛りよりお選び下さい。ご指定がなければ普通盛りになります。ごはんの大盛りは無料です。麺の大盛り(300g)も無料です。
- Kcal表示はおかずのみのKcalです。麺メニューは麺(250g)のカロリーも含まれています。
*参考 ご飯 小盛り150g(約252kcal)普通盛り200g(約336Kcal) 大盛り280g(470Kcal)です。
- ごはん、カレー・丼は容器ごと電子レンジで1分程温めてお召し上がりください。
- A・Bのおかずは中敷きの丸皿を取り出し温めて下さい。
- おかず容器は電子レンジ対応ではありません。
- なるべく13時までにお召し上がりください。
- 当日、容器を回収出来ない可能性があります。
- どうしても回収が必要な方はトレー(プラスチック容器)での納品をご検討下さい。
- その他要望がございましたら、お声掛けください。がんばって対応いたします。

11月のお米

令和2年度産 山形

「はえぬき」

毎日の主食であるご飯を楽しんで頂きたい為、毎月ごとに、全国各地のブランド米を、単式のガス釜を使い、一釜一釜丁寧に炊き上げて提供させて頂いております。

令和2年度産の新米になります。

良質米の産地として名高い庄内地方で、10年の歳月をかけて研究・育成され、1993年に誕生した山形生まれのお米です。「はえぬき」という名前は、その地で生まれ、その地で育つという意味。山形ではトップシェアを誇り人気のあるお米です。山形独自の気候風土(豊富な日照時間と昼夜の気温差がある)中でのびのび育ち、誕生以来ずっと連続して最高食味ランクのA以上を獲得しています。その特徴は、お米の粒がしっかりしているため、型くずれせず、ふっくら炊きあがります。また、粘り気が少なくべっとりしないので、冷めても美