

HEIKICHI Lunch Menu

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

Weekly Lunch		*HEIKICHIのランチ*					
	1月 11日(月)	1月 12日(火)	1月 13日(水)	1月 14日(木)	1月 15日(金)	1月 16日(土)	1月 17日(日)
ランチ A	鶏肉のネギ塩焼き 267 Kcal	チキンの レモンペッパー焼き 374 Kcal	豚肉と竹の子 ピーマンの チンジャオロース風 397 Kcal	トンテキ 330 Kcal	鶏ムネ肉の チキンカツ 413 Kcal	チキンのソテー マスタードソース 353 Kcal	豚キム子炒め 394 Kcal
ランチ B	タラの中華風 ピリ辛味噌漬け焼き 117 Kcal	サバの幽庵焼き 301 Kcal	サーモンの マヨネーズ焼き 205 Kcal	ブリの竜田揚げ おろしあんかけ 329 Kcal	カレーの煮付け 55 Kcal	サバの生姜焼 310 Kcal	サワラのゆず味噌焼き 150 Kcal
ランチ C Aランチ+Bランチ	鶏肉のネギ塩焼き + タラの中華風 ピリ辛味噌漬け焼き 384 Kcal	チキンの レモンペッパー焼き + サバの幽庵焼き 675 Kcal	豚肉と竹の子 ピーマンの チンジャオロース風 + サーモンの マヨネーズ焼き 602 Kcal	トンテキ + ブリの竜田揚げ おろしあんかけ 659 Kcal	鶏ムネ肉の チキンカツ + カレーの煮付け 468 Kcal	チキンのソテー マスタードソース + サバの生姜焼 663 Kcal	豚キム子炒め + サワラのゆず味噌焼き 544 Kcal
副菜	・ゴボウサラダ ・竹の子の土佐煮 ・高野豆腐の煮物 ・白身魚のフライ	・ニラ玉 ・竹の子と もやしのナムル ・押し麦とひじきの 和サラダ ・揚げ春巻き	・きのこフジッポ インゲンの塩炒め ・白菜のラーパーツァイ ・肉詰め稲荷の煮物 ・たこキャベツカツ	・さつま芋のサラダ ・コールスローサラダ ・切干し大根の煮物 ・イカ野菜カツ	・小松菜と ピーマンの中華炒め ・ハムと黒胡椒 のポテトサラダ ・さつま揚げの煮物 ・肉焼売	・味卵 ・キャベツのナムル ・厚揚げの煮物 ・ハムカツ	・胡瓜と カニかまのサラダ ・豆苗と大根の マリネサラダ ・鶏肉団子の煮物 ・アジシそフライ
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	たぬきうどん 378 Kcal	天ぷらうどん 445 Kcal	山菜うどん 348 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までをお願い致します。

●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イ(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。

1月のお米

令和2年度産新潟

「こしいぶき」

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。

「21世紀に登場するお米にふさわしい、新鮮で活気に満ちた名前にしよう」と名付けられたお米が「越後(こし)の新しい息吹(いぶき)」です。平成5年に開発され平成15年に栽培が開始されました。新潟県内のみで栽培され、新潟県内でほとんどが消費され県外では手に入りにくい品種のお米です。「ひとめぼれ」と「どまんか」をかけ合わせて誕生したお米で、味やつや、香り、粘りはコシヒカリと肩を並べる良品です。冷めても硬くならず良食味が持続するのこしいぶきの最大の魅力です。