HEIKICHI Lunch Menu

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

Weekly Lunch ＊HEIKICHIのランチ＊

	3月 25日(月)	3月 26日(火)	3月 27日(水)	3月 28日(木)	3月 29日(金)	3月 30日(土)	3月 31日(日)
ランチ A	チキンのバジル焼き 384 Kcal	ハンバーグ 和風おろしソース 290 Kcal	豚キムチ炒め 394 Kcal	麻婆豆腐 247 Kcal	豚肩ロースの 塩レモン焼き 334 Kcal	鶏のから揚げ 362 Kcal	鶏の照り焼き 326 Kcal
ランチ B	銀鮭のみりん漬け焼き 236 Kcal	赤魚の塩焼き 100 Kcal	タラのバター醤油焼き 145 Kcal	サバの西京焼き 271 Kcal	プリカツ 323 Kcal	サバの塩焼き 270 Kcal	サワラの塩こうじ焼き 206 Kcal
ランチ C Aランチ＋Bランチ	チキンのバジル焼き ＋ 銀鮭のみりん漬け焼き 620 Kcal	ハンバーグ 和風おろしソース ＋ 赤魚の塩焼き 390 Kcal	豚キムチ炒め ＋ タラのバター醤油焼き 539 Kcal	麻婆豆腐 ＋ サバの西京焼き 518 Kcal	豚肩ロースの 塩レモン焼き ＋ プリカツ 657 Kcal	鶏のから揚げ ＋ サバの塩焼き 632 Kcal	鶏の照り焼き ＋ サワラの塩こうじ焼き 532 Kcal
副菜	・インゲンのゴマ和え ・竹の子とニラのナムル ・里芋の煮物 ・カレーコロッケ	・コーンと胡瓜の マカロニサラダ ・つきこんにゃくと 人参の甘辛煮 ・信田巻きの煮物 ・ハムカツ	・さつまいもと 枝豆のサラダ ・小松菜のナムル ・切り干し大根の煮物 ・ミニアジフライ	・白菜の コールスローサラダ ・笹切りゴボウのきんぴら ・三角こんにゃくの 田楽風白味噌たれ ・肉焼売	・きのこの中華卵炒め ・キャベツと大根の ツナサラダ ・にくじゃが ・揚げ春巻き	・蒸し鶏の ゴマだれサラダ ・サラダ豆のチリコンカン ・鶏肉団子の煮物 ・白身魚のフライ	・ゴボウとハムのサラダ ・レンコンきんぴら ・ひじきの煮物 ・肉団子チリソース和え
カレー	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・単品	温かいうどん かき揚げ天 445 Kcal	醤油ラーメン 445 Kcal	温かいうどん 山菜・たぬき 378 Kcal	きつね・わかめ うどん 446 Kcal	味噌ラーメン 348 Kcal		
Sランチ	温かい うどん ＋ ちくわ天と かき揚げの 天丼 880 Kcal	醤油 ラーメン ＋ ソースメンチ カツ丼 821 Kcal	温かい うどん ＋ 豚キムチ丼 740 Kcal	温かい うどん ＋ 麻婆豆腐丼 711 Kcal	味噌 ラーメン ＋ オムレツと 鶏唐揚 937 Kcal		

★ご注文はAランチ、Bランチ、Cランチ、カレー・丼・麺単品・Sランチより選んでください。
副菜はA・B・C共通です。カレー・丼・麺単品・Sランチ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。麺メニューの大盛りは出来ません。
●Kcal表示はおかずのみのKcalです。麺メニューは麺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、温かい麺類の場合：麺単品は3分から5分程、
Sランチの温かい麺は、1分30秒～2分ほど温めてお召し上がりください。
● 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。
●ご飯や味噌汁の単品での喫食希望の方は別途費用を頂いております。弁当注文時にお申し付けください。
ごはん1食150円味噌汁50円。
●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。

3月のお米

令和5年度 新潟県産
「ひとめぼれ」

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。

コシヒカリを母に、初星を父に平成3年から栽培された品種です。今では、全国各地で栽培され、品種別国内生産量でも上位の「ひとめぼれ」。宮城県で開発されたお米ですが、今回は新潟産のものになります。お米につやがあり、適度な粘りとサッパリとした口あたり、まさに「おいしさ」に“ひとめぼれ”出来る美しく美味しいお米です。また、粘り・つや・うまみ・香りのトータルバランスが良いことから、いろいろな料理にあうお米です。
「見て美しさにひとめぼれ、食べておいしさにひとめぼれして頂き、全国の皆さんに愛される米にしていきたい」という願いがその名に込められています。