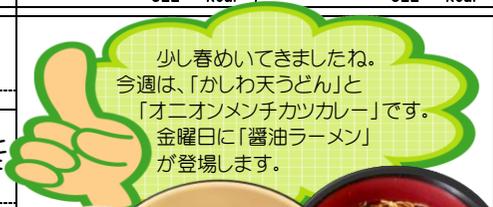


# HEIKICHI Lunch Menu

Tel : 048-571-0158

Fax : 048-574-6472

Weekly Lunch								♥ HEIKICHIのランチ ♥							
	3月 30日(月)		3月 31日(火)		4月 1日(水)		4月 2日(木)		4月 3日(金)		4月 4日(土)		4月 5日(日)		
<b>ランチ A</b>	チキンの パジルハーブ焼き		和風ロースチキン		麻婆豆腐		回鍋肉		トンテキ		チキンのロースト バーベキューソース		メンチカツ		
	325 Kcal		284 Kcal		247 Kcal		300 Kcal		300 Kcal		315 Kcal		221 Kcal		
<b>ランチ B</b>	ブリの照り焼き		カレーの塩焼き 中華風五目野菜あんかけ		鮭のみりん醤油漬け焼き		たらのレモンバター 醤油焼き		サワラのフライ 青じそと柴漬の 和風タルタルソース		カレーの塩焼き 和風おろしソース		銀鮭のゴマ醤油焼き		
	271 Kcal		140 Kcal		198 Kcal		162 Kcal		292 Kcal		140 Kcal		211 Kcal		
<b>ランチ C</b> Aランチ+Bランチ	チキンの パジルハーブ焼き + ブリの照り焼き		和風ロースチキン + カレーの塩焼き 中華風五目野菜あんかけ		麻婆豆腐 + 鮭のみりん醤油漬け焼き		回鍋肉 + たらのレモンバター 醤油焼き		トンテキ + サワラのフライ 青じそと柴漬の 和風タルタルソース		チキンのロースト バーベキューソース + カレーの塩焼き 和風おろしソース		メンチカツ + 銀鮭のゴマ醤油焼き		
	596 Kcal		424 Kcal		445 Kcal		462 Kcal		592 Kcal		455 Kcal		432 Kcal		
<b>副菜</b>	・インゲンと 人参のゴマ和え ・ゼンマイとニラのナムル ・ちくわの煮物 ・カレーコロッケ		・ファルファッルのサラダ ・大根とキャベツの 和風ツナサラダ ・切干し大根の煮物 ・イカよせフライ		・レンコンの甘辛煮 ・白菜の中華甘酢サラダ ・ひじきと大豆の煮物 ・コロッケ		・小松菜と油揚げの和物 ・フジツリサラダ ・鶏肉団子の煮物 ・コーンフライ		・ピーンと 野菜の中華炒め ・ポテトサラダ ・細切りさつまと こんにゃくのきんぴら風 ・肉焼売		・キャベツのナムル ・スパゲッティサラダ ・さつまいも天の煮物 ・たこカツ		・きんぴらごぼう ・胡瓜とちくわのサラダ ・大根の赤味噌煮 ・揚げ餃子		
<b>カレー</b>	カレーライス		カレーライス		カレーライス		オニオンメンチの カツカレー		カレーライス		カレーライス		カレーライス		
	522 Kcal		522 Kcal		522 Kcal		734 Kcal		522 Kcal		522 Kcal		522 Kcal		
<b>麺・単品</b>	温かいうどん かき揚げ天		温かいうどん 山菜・たぬき		温かいうどん かしわ天		温かいうどん きつね・わかめ		醤油ラーメン						
	445 Kcal		378 Kcal		586 Kcal		446 Kcal		445 Kcal						
<b>Sランチ</b>	温かい うどん + ちくわ天と かき揚げの 天丼		温かい うどん + 鮭そぼろの 三色丼		温かい うどん + 麻婆豆腐丼		温かい うどん + ソース メンチ カツ丼		醤油 ラーメン + 鶏そぼろと 卵の2色丼						
	880 Kcal		564 Kcal		711 Kcal		706 Kcal		753 Kcal						



少し春めいてきましたね。  
今週は、「かしわ天うどん」と  
「オニオンメンチカツカレー」です。  
金曜日に「醤油ラーメン」  
が登場します。



オニオンメンチ  
カツカレー

醤油ラーメン

かしわ天うどん

- おかず容器は電子レンジ対応ではありません。強く電子レンジ等で加熱すると変形・破損してしまいます。
- 蓋を外し、別容器に移し替え温めてください。● 変形・破損等が見受けられた場合は、実費を負担していただく場合がございます。
- ★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、温かい種類の場合：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。
- 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。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。

## HEIKICHI Lunchのお米

令和7年産の新米へと切り替わってます。  
HEIKICHI Lunchのお米は「栃木県産コシヒカリ」を中心とした国産米のブレンド米となります。