

HEIKICHI Lunch Menu

Tel : 048-571-0158

Fax : 048-574-6472

Weekly Lunch ♥ HEIKICHIのランチ ♥							
	4月 6日(月)	4月 7日(火)	4月 8日(水)	4月 9日(木)	4月 10日(金)	4月 11日(土)	4月 12日(日)
ランチ A	タンダリーチキン 364 Kcal	三元豚のローストンカツ 209 Kcal	鶏肉の七味醤油焼き 267 Kcal	肉野菜炒め 326 Kcal	鶏モモ肉の一口チキンカツ 317 Kcal	チキンの韓国風ピリ辛醤油漬け焼き 292 Kcal	チキンカツとヒレカツ 412 Kcal
ランチ B	カレーの照り焼き 141 Kcal	サワラの塩焼きと揚げ茄子の和風おろしたれ 106 Kcal	タラのムニエルきのこのソース 145 Kcal	ブリの生姜焼き 270 Kcal	銀鮭の塩焼き 253 Kcal	カレーのバジル焼き 158 Kcal	サワラの照り焼き 164 Kcal
ランチ C Aランチ+Bランチ	タンダリーチキン + カレーの照り焼き 505 Kcal	三元豚のローストンカツ + サワラの塩焼きと揚げ茄子の和風おろしたれ 315 Kcal	鶏肉の七味醤油焼き + タラのムニエルきのこのソース 412 Kcal	肉野菜炒め + ブリの生姜焼き 596 Kcal	鶏モモ肉の一口チキンカツ + 銀鮭の塩焼き 570 Kcal	チキンの韓国風ピリ辛醤油漬け焼き + カレーのバジル焼き 450 Kcal	チキンカツとヒレカツ + サワラの照り焼き 576 Kcal
副菜	・枝豆とこんにゃくの卵の花サラダ ・インゲンのツナサラダ ・里芋の煮物 ・ミートコロッケ	・パンネのサラダ ・大根と人参の胡瓜のキムチ風漬け ・厚揚げと大根の煮物 ・磯辺白身フライ	・白菜と豆苗のおかか和え ・つきこんにゃくの甘辛煮 ・がんもの煮物 ・メンチカツ	・キャベツとコーンのコールスローサラダ ・チャプチェ風春雨サラダ ・ゴボウのしぐれ煮 ・かぼちゃコロッケ	・マカロニサラダ ・小松菜のナムル ・にくじゃが ・揚げ春巻き	・白菜の中華風サラダ ・ねじりこんにゃくの甘辛煮 ・ふるふき大根 ・コロッケ	・竹の子の土佐煮 ・蒸し鶏とキャベツのサラダ ・筑前煮 ・焼売
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	カツカレー 814 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	温かいうどん 山菜・たぬき 378 Kcal	温かいうどん 豚肉温玉 586 Kcal	温かいうどん きつね・わかめ 446 Kcal	味噌ラーメン 348 Kcal	 <p>少し春めいてきましたね。今週は、「豚肉温玉うどん」と「カツカレー」です。金曜日に「醤油ラーメン」が登場します。</p>	
Sランチ	温かいうどん + 鶏肉天丼 869 Kcal	温かいうどん + のり丼 コロッケと 鶏唐揚 864 Kcal	温かいうどん + ヒレカツの ソース カツ丼 706 Kcal	温かいうどん + 肉野菜の 中華丼 712 Kcal	味噌 ソースチキン ラーメン + カツ丼 790 Kcal		

- 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まででお願いします。
- 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。

カツカレー



味噌ラーメン

豚肉温玉うどん