

笑顔と健康をお届けします。

10月店売メニュー

ハローランチ武蔵村山店：042-520-2200

		Aランチ	Bランチ	Cランチ	サンドイッチ	麺メニュー	丼 物／プレート
10月1日	木	白身フライチリソース 432 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	野菜天ぷら＆チキン 307 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	キャベツメンチカツ 424 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	カツ＆ポテトサラダサンド 841 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきそば＆高菜おにぎり 506 Kcal アレルゲン： 小麦・蕎麦	豚すき丼 718 Kcal アレルゲン： 小麦
10月2日	金	エビチリ(有頭甘えび唐揚げ) 389 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ	きのこソースハンバーグ 378 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ	野菜たっぷり！肉豆腐 318 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ	ツナマヨ＆玉子サンド 830 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆わかめおにぎり 470 Kcal アレルゲン： 小麦	海鮮フライ丼 747 Kcal アレルゲン： 卵・小麦・エビ
10月5日	月	さんま筒切り塩焼き 434 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	油淋鶏 430 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	とんかつ 477 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	カツ＆玉子サンド 835 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆おかかおにぎり 553 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	豚ロース生姜焼きタルタル丼 635 Kcal アレルゲン： 卵・小麦
10月6日	火	鮭の照り焼き 320 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	肉詰めフライ＆ハムステーキ 386 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	イタリアンチキン 345 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	コロッケ＆ハムレタスサンド 698 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきそば＆ゆかりおにぎり 509 Kcal アレルゲン： 小麦・蕎麦	鶏竜田わさびソース丼 801 Kcal アレルゲン： 小麦
10月7日	水	ホッケのおろしポン酢 369 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	豚ロース生姜焼き＆ハムポテトフライ 372 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	オイスターソース炒め 437 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	ツナマヨ＆玉子サンド 830 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆たらこおにぎり 512 Kcal アレルゲン： 乳・小麦	練り梅タルタルのり弁当 614 Kcal アレルゲン： 卵・小麦
10月8日	木	ぶり大根 399 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	クリームコロッケ＆ハンバーグ 449 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	鶏の磯風味唐揚げ 385 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	カツ＆ポテトサラダサンド 841 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきそば＆高菜おにぎり 506 Kcal アレルゲン： 小麦・蕎麦	カツカレー丼 737 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦
10月9日	金	白身唐揚げわさびソース 382 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	唐揚げ＆チキンステーキ 555 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	豚肉のねぎ味噌焼き 353 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	ツナマヨ＆玉子サンド 830 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆わかめおにぎり 470 Kcal アレルゲン： 小麦	そばろびビンバ丼 544 Kcal アレルゲン： 小麦・カニ
10月12日	月	ス ポ ーツの日					
10月13日	火	鯖の塩焼き 369 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	油淋鶏 448 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	ハンバーグとまとソース 404 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	コロッケ＆ハムレタスサンド 698 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきそば＆ゆかりおにぎり 509 Kcal アレルゲン： 小麦・蕎麦	玉子とじカツ丼 698 Kcal アレルゲン： 卵・小麦
10月14日	水	白身唐揚げチリマヨソース 361 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	ヒレカツ＆ハムステーキ 339 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	チキンカツ 390 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	ツナマヨ＆玉子サンド 830 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆たらこおにぎり 512 Kcal アレルゲン： 乳・小麦	にんにく醤油焼き肉丼 651 Kcal アレルゲン： 小麦
10月15日	木	鯖の西京焼き 389 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	フライドチキン 440 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	辛みそ焼き肉 440 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	カツ＆ポテトサラダサンド 841 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきそば＆高菜おにぎり 506 Kcal アレルゲン： 小麦・蕎麦	鶏竜田チリマヨ丼 870 Kcal アレルゲン： 卵・小麦
10月16日	金	鮭のレモンペッパー 374 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	炭火烧風ハンバーグ 380 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	海老フライ＆キーマカレー 328 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	ツナマヨ＆玉子サンド 830 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆わかめおにぎり 470 Kcal アレルゲン： 小麦	鶏野菜天丼 645 Kcal アレルゲン： 小麦・エビ
10月19日	月	ホッケの磯焼き 368 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	とり天おろしポン酢 427 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	プルコギ風 480 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	カツ＆玉子サンド 835 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆おかかおにぎり 553 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	デミハンバーグ丼 664 Kcal アレルゲン： 乳・小麦
10月20日	火	鯖の照り焼き(炊き込みご飯) 401 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	野菜天ぷら＆チキン(炊き込みご飯) 307 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	メンチカツ(炊き込みご飯) 427 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	コロッケ＆ハムレタスサンド 698 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきそば＆炊き込みおにぎり 509 Kcal アレルゲン： 小麦・蕎麦	カツカレー丼 737 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦
10月21日	水	ぶり大根 392 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	チーズバーグ＆チーズメンチ 451 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	鶏の竜田揚げ 405 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	ツナマヨ＆玉子サンド 830 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆たらこおにぎり 512 Kcal アレルゲン： 乳・小麦	食ベラー麻婆豆腐丼 555 Kcal アレルゲン： 小麦
10月22日	木	白身唐揚げみぞれあん 360 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	エビフライ＆肉団子 446 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	豚肉のオニオンソース 394 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	カツ＆ポテトサラダサンド 841 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきそば＆高菜おにぎり 506 Kcal アレルゲン： 小麦・蕎麦	ボロネーゼスパゲティ 514 Kcal アレルゲン： 乳・小麦
10月23日	金	鯖レモンペッパー 400 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	ハムカツ＆チキンステーキ 420 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	フライドチキン 370 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	ツナマヨ＆玉子サンド 830 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆わかめおにぎり 470 Kcal アレルゲン： 小麦	ハンバーグコロッケカツ丼 676 Kcal アレルゲン： 乳・小麦
10月26日	月	鮭の照り焼き 331 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	黒毛和牛メンチカツ 456 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	照り焼きハンバーグ 433 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・エビ・カニ	カツ＆玉子サンド 835 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆おかかおにぎり 553 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	中華丼 496 Kcal アレルゲン： 卵・小麦・エビ
10月27日	火	ホッケの磯焼き 379 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	ささみフライ＆肉団子 379 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	宮崎名物！チキン南蛮 308 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦・カニ	コロッケ＆ハムレタスサンド 698 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきそば＆ゆかりおにぎり 509 Kcal アレルゲン： 小麦・蕎麦	玉子とじカツ丼 698 Kcal アレルゲン： 卵・小麦
10月28日	水	ぶり大根 384 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	豚ロース生姜焼き＆ハムポテトフライ 376 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	ポークハヤシ 390 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	ツナマヨ＆玉子サンド 830 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆たらこおにぎり 512 Kcal アレルゲン： 乳・小麦	海苔弁当(コロッケ・竹輪・金平) 678 Kcal アレルゲン： 卵・小麦
10月29日	木	アジフライ 430 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	ヒレカツ＆ハムステーキ 339 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	あぶり焼チキンステーキ 310 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	カツ＆ポテトサラダサンド 841 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきそば＆高菜おにぎり 506 Kcal アレルゲン： 小麦・蕎麦	オーロラソース竜田揚げ丼 830 Kcal アレルゲン： 卵・小麦
10月30日	金	さば味噌 405 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	唐揚げ＆チキンステーキ 532 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	やわらかひれかつ 385 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	ツナマヨ＆玉子サンド 830 Kcal アレルゲン： 卵・乳・小麦	冷やしたぬきうどん＆わかめおにぎり 470 Kcal アレルゲン： 小麦	ハンバーグキーマカレー丼 676 Kcal アレルゲン： 乳・小麦

※ A／B／Cランチのカロリー表示は、オカズのみ表示しております。

※ ライス：並盛 250g 420kcal／大盛 300g 504Kcal

※ 丼物・カレーライスは、ライスのカロリーも含まれます。

※ アレルギー表示は、8大アレルギー原料を表示しております。

のマーカ―がされている日は、ご飯が炊き込みご飯となっております。