

30日(日)	31日(月)	← 30日・31日の献立はこちらです			※ 栄養価表示	1日(土)
黒毛和牛すき焼き ビッグエビのセシューマイ ポークビーンズ 福神漬 小松菜の酢味噌和え	さんまの塩焼き 人参煮 チンジャオロース 焼うどん ずいきの紫芋酢 根菜と大豆の五目煮				ごはん 200g込み ※ より詳細な栄養価表も お渡しできます！ エネルギー 食塩相当量 ○○kcal / ○.○g	豚キムチ ザーサイ炒め いんげんの生姜醤油和え おかず豆 ゆず大根 わさび菜おひたし
625kcal / 2.9g	643kcal / 2.2g					667kcal / 3.4g
2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
牛すね肉のやわらか煮 ちぎり揚げの野菜あんかけ マカロニのクリーム煮 高菜しょうゆ漬 かにかま入り玉子	ヒレカツ キャベツとヤングコーンの炒め物 ささげのお浸し 刻みたくあん 黒豆 フライソース	ねぎ塩チキン ブロッコリーお浸し 根菜の香味炒め 茄子とピーマンの煮浸し 白菜漬け 中華春雨	さば煮付け 花形人参 豆腐と隠元のそぼろあん きのこ入金平牛蒡炒め 大根としその実の漬物 切昆布とさつま揚げの煮物	豚肉ときのこの生姜醤油炒め いんげん 大葉入り豆腐団子 野菜のおろし南蛮 あみ佃煮 根菜と大豆の五目煮	ごちそうえびフライ なます ひじきの煮物 野沢菜漬け きのこのガーリック醤油ソテー タルタルソース	牛肉じゃが 茄子と挽肉の味噌炒め マカロニサラダ しそ昆布 オクラのおかか和え
661kcal / 2.7g	672kcal / 2.6g	722kcal / 3.0g	766kcal / 2.7g	622kcal / 3.2g	637kcal / 2.9g	608kcal / 3.2g
9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
カツ煮 ブロッコリーのトマトソース 小松菜の胡麻和え 福神漬 きんぴらごぼう	豚角煮 味付けチンゲン菜 高野豆腐と野菜の煮物 じゃが芋土佐煮 カラフルピクルス ゆず風味昆布	麻婆豆腐 ふんわりハム入りたまご 焼きそば 123のコースローサラダ 大根の漬物 花斗六豆	酢豚 浸し豆 焼ギョーザ 春雨サラダ しば漬け 若布と干し海老の当座煮	スケソウダラ煮付け オクラのお浸し 玉ねぎと蒸し鶏のサラダ 豆乳入りしっとり卵の花 大根の紫芋酢 金時豆	鶏つくね焼き(金平入り) 豆腐の中華あん マロニー中華風 高菜しょうゆ漬 五目厚焼玉子	カレイの唐揚げ エビチリソース 野菜と豚肉の炊き合わせ ジャーマンポテト 白菜漬け ひじき豆
663kcal / 3.5g	671kcal / 2.0g	643kcal / 2.6g	640kcal / 3.3g	636kcal / 2.2g	630kcal / 3.5g	656kcal / 2.9g
16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
鶏肉と根菜の黒酢あん ビッグエビのセシューマイ 切干大根 赤かぶ漬け ほうれん草のごま和え	赤魚白醤油風味焼き 華かまぼこ 牛肉とインゲンのうま煮 さつまいもの蜜がけ しそ昆布 ごぼうサラダ	鶏肉のトマトソース ツイストマカロニ 123の出汁巻き玉子 大根きんぴら 広島菜漬け 蓮根のしそ和え	麻婆茄子 ザーサイ炒め ジャンボ肉だんご 桜えび入り和風パスタ はりはり漬 かにかま入り玉子	ミートオムレツ カラフルピクルス 豚肉の黒胡椒焼き ポテトサラダ 壬生菜漬け くり豆 トマトケチャップ	豚ロース肉の生姜焼き いんげん 玉ねぎと蒸し鶏のサラダ かぼちゃの田舎煮 昆布の山椒風味 モロヘイヤの辛子和え	さわら塩焼き れんこんの甘酢漬け 鶏肉の欧風ソース煮 小松菜の胡麻和え あみ佃煮 枝豆とコーンの洋風煮
607kcal / 3.3g	640kcal / 1.7g	633kcal / 3.2g	650kcal / 2.9g	669kcal / 2.6g	646kcal / 3.1g	644kcal / 2.4g
23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
豚肉炙り焼き キャベツと人参の炒め ふんわりハム入りたまご ツナの梅風味パスタ やわらか茎わかめ 湯葉入りチンゲン菜	きのこ鶏肉のガーリックソテー カリフラワーのコンソメ煮 マカロニのクリーム煮 ささげのゴマ和え 野沢菜漬け 昆布豆	エビフライ・一口いかフライ ブロッコリーのカニカマあんかけ うの花 刻みたくあん めかぶの酢の物 タルタルソース	さば塩焼き オクラのお浸し 野菜と牛肉のオイスター炒め 蓮根そぼろ 大根としその実の漬物 うぐいす豆	トマトソースハンバーグ ブロッコリーお浸し 高野豆腐の彩り煮 ほうれん草コーンバター しば漬け 小豆煮	ねぎ塩チキン きのこ入金平牛蒡炒め 野菜と豚肉の炊き合わせ ビーフン 高菜ちりめん オクラのおかか和え	豚キムチ 春雨サラダ さつまいもとリンゴの甘煮 ささげのお浸し 赤しそ大根 切昆布とさつま揚げの煮物
667kcal / 2.9g	635kcal / 2.7g	659kcal / 2.9g	756kcal / 2.3g	638kcal / 3.5g	759kcal / 3.0g	674kcal / 3.1g

【ご注文・変更・キャンセルはこちらのお店までお電話ください】

豊川店

TEL 0533-56-3005  
FAX 0533-56-3006



30日(日)	31日(月)	30日・31日の 献立はこちらです			※ 栄養価表示	1日(土)
ヒレカツ 鶏肉の欧風ソース煮 ブロッコリーとコーンの和え物 白菜漬け 蓮根のしそ和え フライソース	鶏肉のトマトソース ツイストマカロニ キャベツとカニカマのサラダ なます やわらか茎わかめ 湯葉入りチンゲン菜				ごはん 200g込み ※ より詳細な栄養価表も お渡しできます！ エネルギー 食塩相当量	鶏肉のトマトソース キャベツと人参の炒め さつまいもとリンゴの甘煮 春雨サラダ ずいきの紫芋酢 オクラのおかか和え
645kcal / 2.2g	645kcal / 3.3g				○○kcal / ○.○g	629kcal / 2.7g
2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
豚肉炙り焼き 浸し豆 高野豆腐の含め煮 ほうれん草コーンバター 福神漬 ごぼうサラダ	赤魚白醤油風味焼き オクラのお浸し 豚肉の黒胡椒焼き 桜えび入り和風パスタ 赤かぶ漬け めかぶの酢の物	豚ロース肉の生姜焼き ほうれん草と人参の煮浸し 卵と木耳の彩り炒め ジャーマンポテト しば漬け ひじき豆	和風おろしソースハンバーグ ペペロンチーノ 野菜と牛肉のオイスター炒め 切干大根 広島菜漬け 若布と干し海老の当座煮	さわら塩焼き れんこんの紫芋酢 焼うどん ニラ玉 胡瓜の醤油漬け 湯葉入りチンゲン菜	ネギ塩豚ロース焼き キャベツと人参の炒め 鶏肉の欧風ソース煮 うの花 やわらか茎わかめ 小松菜の酢味噌和え	黄金カレイ煮付け 人参煮 ハッシュドビーフ しゅうまい 高菜ちりめん 蓮根のしそ和え
658kcal / 3.3g	618kcal / 2.3g	632kcal / 3.1g	618kcal / 3.5g	636kcal / 2.9g	620kcal / 2.7g	640kcal / 2.1g
9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
きのこ鶏肉のガーリックソテー ツイストマカロニ キャベツとカニカマのサラダ 蓮根そぼろ 赤しそ大根 うぐいす豆	牛焼肉 おくらとひじきの和え物 カリフラワーサラダ エリンギと蒟蒻の旨辛炒め 刻みたくあん わさび菜おひたし	トマトソースハンバーグ ブロッコリーとコーンの和え物 さつま芋煮 ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え 壬生菜漬け 123の人参マリネサラダ	海老・いか天ぷら きす・オクラ天ぷら キャベツとウインナーの洋風煮 里芋の煮ころがし もずく酢 モロヘイヤのお浸し 天つゆ	豚キムチ いんげん ブロッコリーのカニカマあんかけ パンプキンサラダ 福神漬 梅ごぼう	さんまの塩焼き 人参煮 豚肉のみぞれがけ 茄子とピーマンの煮浸し 大根としその実の漬物 小豆煮	黒毛和牛すき焼き ちぎり揚げの野菜あんかけ マカロニと果物のサラダ あみ佃煮 きのこのガーリック醤油ソテー
647kcal / 2.5g	639kcal / 2.6g	663kcal / 3.1g	664kcal / 2.0g	681kcal / 3.4g	678kcal / 2.4g	619kcal / 2.6g
16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
仙台味噌仕立ての豚焼き肉 ブロッコリーお浸し キャベツとカニカマのサラダ おかず豆 野沢菜漬け めかぶの酢の物	ミルフィーユカツ キャベツと人参の炒め ミートソーススパゲティ 小松菜の和え物 胡瓜の生姜漬け 野菜のマリネ フライソース	さば煮付け ふきの含め煮 筑前煮 ささげのお浸し 刻みたくあん 切昆布とさつま揚げの煮物	ねぎ塩チキン きのこ入金平牛蒡炒め ほうれん草と人参の煮浸し ゆず入り芋きんとん しば漬け オクラのおかか和え	牛焼肉 青菜ピーナッツ和え 根菜の香味炒め ひじきの煮物 大根の漬物 春雨のレモン風味	デミグラスソースハンバーグ ほうれん草コーンバター じゃが芋のカレーマヨソース和え 焼きそば 胡瓜の醤油漬け 花斗六豆	鶏ももから揚げ カレーコロッケ 花野菜のポトフ 野菜のおろし南蛮 もずく酢 きんぴらごぼう フライソース
687kcal / 3.0g	666kcal / 3.2g	737kcal / 2.5g	757kcal / 2.7g	628kcal / 3.1g	713kcal / 3.6g	727kcal / 3.1g
23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
黄金カレイ煮付け 人参煮 牛ごぼう煮 しゅうまい ゆず大根 わさび菜おひたし	酢豚 ニラ玉 茄子と挽肉の味噌炒め マカロニサラダ ずいきの煮物 若布と干し海老の当座煮	鶏肉のカレークリーム ジャーマンポテト いんげんの生姜醤油和え 枝豆と魚すり身団子(豆乳入り) 赤かぶ漬け 中華春雨	豚角煮 味付けチンゲン菜 春雨と椎茸の醤油炒め さつま芋煮 ザーサイ炒め ゆず風味昆布	赤魚白醤油風味焼き ふきの含め煮 回鍋肉 ほっこりじゃが芋の煮ころがし 広島菜漬け ごぼうサラダ	麻婆豆腐 ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え パスタとツナのフレンチサラダ 切干大根 しそ昆布 金時豆	白糸だらの照焼き 花形人参 牛肉のおろし煮 豆乳入りしっとり卵の花 壬生菜漬け かにかま入り玉子
619kcal / 2.5g	633kcal / 3.5g	727kcal / 3.1g	684kcal / 1.6g	631kcal / 2.0g	647kcal / 2.6g	632kcal / 2.5g

【ご注文・変更・キャンセルはこちらのお店までお電話ください】

豊川店

TEL 0533-56-3005  
FAX 0533-56-3006

