

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)
白身魚の野菜あんかけ ポークビーンズ 中華あんかけ玉子 小松菜の酢味噌和え 福神漬	ハンバーグデミソース パスタ、ブロッコリー、人参 野菜炒め ポテトサラダ えびとアスパラのコンソメ風味				ごはん 170g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	さばの塩焼き 和風くずきり 炊き合わせ ぜんまいの煮物
571kcal / 1.8g	602kcal / 1.5g				〇〇kcal / 〇.〇g	592kcal / 1.4g
2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
鶏肉と野菜のカレーソース 花野菜のポトフ マカロニのクリーム煮 かにかま入り玉子 高菜しょうゆ漬	豚肉と油揚げの炒め煮 黒豆 中華あんかけ玉子 ささげのお浸し 刻みたくあん	鶏竜田の照り焼き 茄子とピーマンの煮浸し 五目揚げ豆腐 中華春雨 白菜漬け	牛肉すき焼き ほうれん草と人参の中華和え 麻婆茄子 さつま芋のレモン煮	チンジャオロース 根菜と大豆の五目煮 春巻き 野菜のおろし南蛮 あみ佃煮	カレイのムニエル パセリ、ほうれん草、人参、グリンピース ポテトコロッケ 白菜のコンソメ煮 洋なしのコンポート	豚肉のバターしょうゆ マカロニサラダ 麻婆豆腐 オクラのおかか和え
581kcal / 1.6g	594kcal / 1.7g	629kcal / 1.9g	609kcal / 1.7g	588kcal / 1.9g	583kcal / 1.2g	582kcal / 1.7g
9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
野菜と肉団子のクリーム煮 小松菜の胡麻和え 豆腐の中華あん 福神漬	鶏竜田の中華あん お麩の玉子とじ じゃが芋土佐煮 ナポリタン カラフルピクルス	豚肉の黒酢炒め 123のコールスローサラダ とりごぼう 花斗六豆	トラウトサーモンの塩焼き 茄子とピーマンの揚げ浸し くず切りと野菜の炒め物 じゃがいものバター風味	豚肉入り和風春雨 豆乳入りしっとり卵の花 野菜と蒸し鶏のカレーソース 大根の紫芋酢	ポテトとチキンのトマト煮 高野豆腐の含め煮 マロニー中華風 五目厚焼玉子 高菜しょうゆ漬	ぶりの照り焼き いんげんのピーナツ和え 里芋の味噌煮 桃のカラフルコンポート
573kcal / 1.9g	571kcal / 1.6g	608kcal / 1.6g	589kcal / 1.5g	585kcal / 1.7g	584kcal / 1.9g	597kcal / 1.9g
16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
豚肉のかば焼き風 切干大根 ちくわの磯辺揚げ(豆乳入り) ほうれん草のごま和え 赤かぶ漬け	肉団子と野菜のスープ煮 ごぼうサラダ 春雨の中華和え 野菜と豆腐のふんわりナゲット	ホキのクリーム煮 豚肉入り甘辛春雨 キャベツと人参の炒め 若鶏の唐揚げ 蓮根のしそ和え	豚肉と白菜の豆板醤炒め 蒸し鶏の胡麻だれ和え 桜えび入り和風パスタ はりはり漬	コロッケ ブロッコリーお浸し くり豆 キャベツとウィンナーの洋風煮 壬生菜漬け 揚げ物ソース	さんまの有馬煮 カリフラワーのカレー風味ソテー 春雨の炒め物 ほうれん草のお浸し	豚肉と野菜の生姜醤油 枝豆とコーンの洋風煮 123の出汁巻き玉子 小松菜の胡麻和え あみ佃煮
581kcal / 1.8g	580kcal / 1.9g	612kcal / 1.7g	610kcal / 1.5g	595kcal / 1.8g	582kcal / 1.9g	572kcal / 1.5g
23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
白身魚のマヨネーズ炒め 湯葉入りチンゲン菜 ツナの梅風味パスタ 一口いかフライ やわらか茎わかめ 揚げ物ソース	揚げ出し豆腐と肉団子の煮物 ささげのゴマ和え じゃが芋と人参の煮物 野沢菜漬け	カレイのみぞれがけ ビーフン 牛肉と青梗菜のオイスター炒め もやしとにらの中華和え	豚肉の辛みそ炒め うぐいす豆 パスタとツナのフレンチサラダ 蓮根そぼろ 大根としその実の漬物	ホキのクリーム煮 ほうれん草コーンバター 肉入り野菜炒め 小豆煮	鶏肉と野菜の中華風味 ビーフン ちぎり揚げの野菜あんかけ 高菜ちりめん	豚肉と野菜のオイスター炒め 里芋の煮物 きのこのソテー ゆず大根
597kcal / 1.9g	573kcal / 1.9g	586kcal / 1.9g	605kcal / 1.6g	587kcal / 1.9g	609kcal / 1.6g	589kcal / 1.9g

【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)
チャプチェ 高野豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーとコーンの和え物 蓮根のしそ和え 白菜漬け	ホキの南蛮漬け風 野菜のスープ煮 湯葉入りチンゲン菜 メンチカツ やわらか茎わかめ 揚げ物ソース	30日・31日の 献立はこちらです			ごはん 170g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	豚肉のかば焼き風 春雨サラダ キャベツとウインナーの洋風煮 オクラのおかか和え
578kcal / 1.9g	613kcal / 1.9g				〇〇kcal / 〇.〇g	594kcal / 1.9g
2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
ハンバーグデミソース パスタ、ブロッコリー、人参 野菜炒め ポテトサラダ えびとアスパラのコンソメ風味	ホキの南蛮漬け風 鶏肉のクリーム煮 桜えび入り和風パスタ 赤かぶ漬け	豚肉と野菜の生姜醤油 ブロッコリーのトマトソース ジャーマンポテト ひじき豆 しば漬け	鶏肉の味噌煮 かぼちゃの煮物 くずきりサラダ いんげん胡麻和え	肉じゃが アスパラのコンクリーム れんこんの磯辺揚げ ほうれん草のお浸し	海老のオーロラソース うの花 牛肉のおろし煮 やわらか茎わかめ	鶏竜田揚げの梅肉風 ブロッコリーのカニカマあんかけ しゅうまい 蓮根のしそ和え 高菜ちりめん
602kcal / 1.5g	593kcal / 1.8g	570kcal / 1.9g	594kcal / 1.5g	582kcal / 1.7g	625kcal / 1.9g	578kcal / 1.7g
9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
豚肉の辛みそ炒め うぐいす豆 123の出汁巻き玉子 蓮根そぼろ 赤しそ大根	白身魚の磯辺揚げ 揚げ茄子煮 春雨の中華炒め 野菜の煮物 金平ごぼう	アスパラと牛肉のオイスターソース 畑のお肉とキャベツの味噌炒め ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え カレーコロッケ 123の人参マリネサラダ 揚げ物ソース	炒り鶏 里芋の煮ころがし 肉入り野菜炒め モロヘイヤのお浸し	ホキの南蛮漬け風 厚揚げといんげんの煮物 ペパロンチーノ 鶏つくね 福神漬	豚肉と油揚げの炒め煮 花野菜のポトフ あじフライ 大根としその実の漬物 揚げ物ソース	鶏肉と玉葱の中華みそ煮 マカロニと果物のサラダ 中華あんかけ玉子 きのこのガーリック醤油ソテー あみ佃煮
586kcal / 1.5g	586kcal / 1.6g	619kcal / 1.7g	571kcal / 1.9g	580kcal / 1.8g	589kcal / 1.5g	576kcal / 1.7g
16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
海老とピーマンの塩炒め さつま芋のバターソテー 中華風パスタ チンゲン菜の和え物	豚肉のさっぱり胡麻和え ナポリタン 卵と木耳の彩り炒め 野菜のマリネ	鶏肉のトマトソース煮 チンゲン菜の炒め物 マカロニサラダ りんごの蜜煮	白身魚の野菜あんかけ ゆず入り芋きんとん 豚肉のトマトソース しば漬け	豚肉の生姜焼き 小松菜のナムル 里芋の味噌煮 ひじき煮	鶏竜田の中華あん ブロッコリーのトマトソース 焼きそば 花斗六豆 胡瓜の醤油漬け	豆腐ハンバーグ たけのこきんぴら コールスローサラダ さつま芋のリンゴ煮
584kcal / 1.8g	576kcal / 1.6g	605kcal / 1.2g	610kcal / 1.7g	582kcal / 1.9g	591kcal / 1.9g	589kcal / 1.5g
23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
牛肉のすき煮 鶏肉の玉子とじ しゅうまい わさび菜おひたし ゆず大根	豚肉の南蛮漬け さつま揚げと野菜の煮物 マカロニサラダ 青菜ピーナッツ和え ずいきの煮物	鶏肉のスイートチリソース 豚しゃぶと玉ねぎの梅しそソース 枝豆と魚すり身団子(豆乳入り) 中華春雨 赤かぶ漬け	麻婆茄子 さつま芋煮 豆腐の中華あん ザーサイ炒め	豚肉の黒酢炒め お麩の玉子とじ ほっこりじゃが芋の煮ころがし ごぼうサラダ 広島菜漬け	さばの照り焼き たけのこの甘辛炒め 春雨の中華和え かぼちゃとレーズンのバター風味	鶏肉と野菜のカレーソース 豚肉の黒胡椒焼き 豆乳入りしっとり卵の花 かにかま入り玉子 壬生菜漬け
590kcal / 1.7g	575kcal / 1.7g	587kcal / 1.9g	610kcal / 1.5g	590kcal / 1.9g	604kcal / 1.9g	628kcal / 1.7g

【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

