

2017年7月

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)
炭火焼き鳥 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	秋鮭塩焼 華かまぼこ 焼うどん 茄子と挽肉の味噌炒め 根菜と大豆の五目煮 ずいきの紫芋酢				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 ○○kcal / ○.○g	えびカツ おかず豆 冬瓜とひき肉の煮物 わさび菜おひたし ゆず大根 フライソース
494kcal / 1.9g	477kcal / 2.2g				494kcal / 1.9g	477kcal / 2.2g
2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
豚ロース焼きの生姜風味 マカロニのクリーム煮 花野菜のポトフ かにかま入り玉子 高菜しょうゆ漬	あじ西京焼き 青菜ピーナツ和え ささげのお浸し 中華あんかけ玉子 黒豆 刻みたくあん	鶏肉と大根の旨煮 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	さば塩焼き ちんげん菜のお浸し きのこ入金牛蒡炒め 畑のお肉の旨煮 切昆布とさつま揚げの煮物 大根としその実の漬物	チンジャオロース 野菜のおろし南蛮 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 根菜と大豆の五目煮 あみ佃煮	メバル塩焼き 華かまぼこ ひじきの煮物 肉団子のカレー煮 きのこのガーリック醤油ソテー 野沢菜漬け	麻婆豆腐 マカロニサラダ さつま揚げと野菜の煮物 オクラのおかか和え しそ昆布
467kcal / 2.0g	486kcal / 2.3g	490kcal / 1.8g	523kcal / 1.8g	436kcal / 1.6g	438kcal / 2.0g	448kcal / 2.4g
9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
エビフライ 小松菜の胡麻和え 豆腐の中華あん さんぴらごぼう 福神漬 タルタルソース	デミグラスソースハンバーグ ナポリタン じゃが芋土佐煮 お麩の玉子とし ゆず風味昆布 カラフルピクルス	いわしかつお節煮 人参煮 123のコースローサラダ とりごぼう 花斗六豆 大根の漬物	鶏肉と野菜の甘酢あんかけ 春雨サラダ 根菜の香味炒め 若布と干し海老の当座煮 しば漬け	ホキ西京焼き ちんげん菜のお浸し 豆乳入りしっとり卵の花 野菜と蒸し鶏のカレーソース 金時豆 大根の紫芋酢	回鍋肉 マロニー中華風 高野豆腐の含め煮 五目厚焼玉子 高菜しょうゆ漬	黄金カレイ煮付け 味噌ごぼう ジャーマンポテト チキンボールのトマトソース ひじき豆 白菜漬け
509kcal / 2.0g	486kcal / 2.1g	508kcal / 1.8g	473kcal / 2.4g	458kcal / 1.3g	492kcal / 2.1g	470kcal / 2.2g
16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
アスパラと牛肉のオイスター炒め 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	赤魚白醤油風味焼き オクラのお浸し さつまいもの蜜がけ 野菜のスープ煮 ごぼうサラダ しそ昆布	若鶏の唐揚げ キャベツと人参の炒め 大根さんぴら 豚肉入り甘辛春雨 蓮根のしそ和え 広島菜漬け	スケソウダラ煮付け 味付いんげん 桜えび入り和風パスタ 蒸し鶏の胡麻だれ和え かにかま入り玉子 はりはり漬	和風おろしソースハンバーグ ブロッコリーお浸し ポテトサラダ キャベツとウィンナーの洋風煮 くり豆 壬生菜漬け	さば田楽味噌焼 れんこんの紫芋酢 かぼちゃの田舎煮 豆腐と隠元のそぼろあん モロヘイヤの辛子和え 昆布の山椒風味	酢豚 小松菜の胡麻和え 123の出汁巻き玉子 枝豆とコーンの洋風煮 あみ佃煮
488kcal / 2.1g	466kcal / 1.7g	479kcal / 2.1g	456kcal / 1.5g	513kcal / 2.3g	558kcal / 2.1g	457kcal / 1.8g
23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
一口いかフライ ツナの梅風味パスタ 鶏肉のクリーム煮 湯葉入りチンゲン菜 やわらか茎わかめ フライソース	鶏肉のトマト煮 ささげのゴマ和え じゃが芋と人参の煮物 昆布豆 野沢菜漬け	さんま生姜煮 花形人参 うの花 白菜と青菜のそぼろあんかけ めかぶの酢の物 刻みたくあん	具入りオムレツ 蓮根そぼろ パスタとツナのフレンチサラダ うぐいす豆 大根としその実の漬物 トッピングソース(トマト)	あじ塩焼き 味付いんげん ほうれん草コーンバター 肉入り野菜炒め 小豆煮 しば漬け	金平入りつくね キャベツと人参の炒め ビーフン ちきり揚げの野菜あんかけ オクラのおかか和え 高菜ちりめん	にしんの中華ソース 人参煮 ささげのお浸し 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 切昆布とさつま揚げの煮物 赤しそ大根
521kcal / 2.0g	567kcal / 2.7g	475kcal / 2.6g	492kcal / 1.9g	456kcal / 2.3g	473kcal / 2.1g	435kcal / 2.0g

【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)		
さば味噌煮 味ごぼう ブロッコリーとコーンの和え物 高野豆腐と野菜の煮物 蓮根のしそ和え 白菜漬け	メンチカツ なます 野菜のスープ煮 湯葉入りチンゲン菜 やわらか茎わかめ フライソース				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 ○○kcal / ○.○g	鶏肉ねぎ塩ダレ 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 ずいきの紫芋酢		
508kcal / 2.1g	541kcal / 2.7g				499kcal / 2.4g	473kcal / 2.1g	493kcal / 2.3g	592kcal / 2.5g
2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)		
いわし紀州煮 人参煮 ほうれん草コーンバター 揚げ茄子の生姜醤油あんかけ ごぼうサラダ 福神漬	厚揚げとそぼろの彩り炒め 桜えび入り和風パスタ 鶏肉のクリーム煮 めかぶの酢の物 赤かぶ漬け	サーモンバーグ ジャーマンポテト ブロッコリーのトマトソース ひじき豆 しば漬け	大葉香るささみカツ 切干大根 白菜と青菜のそぼろあんかけ 若布と干し海老の当座煮 広島菜漬け フライソース	さわら西京焼き 味付いんげん ニラ玉 筑前煮 湯葉入りチンゲン菜 胡瓜の醤油漬け	牛肉のおろし煮 うの花 和風温野菜サラダ 小松菜の酢味噌和え やわらか茎わかめ	八宝菜 しゅうまい ブロッコリーのカニカマあんかけ 蓮根のしそ和え 高菜ちりめん		
9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)		
豚肉とがんもの含め煮 蓮根そぼろ 123の出汁巻き玉子 うぐいす豆 赤しそ大根	天然ぶり照焼き れんこんの甘酢漬け エリンギと蒟蒻の旨辛炒め 豆腐と隠元のそぼろあん わさび菜おひたし 刻みたくあん	カレーコロッケ ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 123の人参マリネサラダ 壬生菜漬け フライソース	さば煮付け 花形人参 里芋の煮ころがし 肉入り野菜炒め モロヘイヤのお浸し もずく酢	鶏つくね ペペロンチーノ パンプキンサラダ 厚揚げといんげんの煮物 梅ごぼう 福神漬	あじフライ 茄子とピーマンの煮浸し 花野菜のポトフ 小豆煮 大根としその実の漬物 フライソース	鶏肉の柚子風味 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		
466kcal / 1.8g	486kcal / 2.0g	522kcal / 2.3g	544kcal / 2.0g	462kcal / 2.0g	455kcal / 1.8g	467kcal / 1.5g		
16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)		
エビチリソース おかず豆 冬瓜とひき肉の煮物 めかぶの酢の物 野沢菜漬け	ふんわり豆腐ハンバーグ ナポリタン 小松菜の和え物 卵と木耳の彩り炒め 野菜のマリネ 胡瓜の生姜漬け	にしんのみぞれ煮 華かまぼこ ささげのお浸し 茄子と挽肉の味噌炒め 切昆布とさつま揚げの煮物 刻みたくあん	豚肉のトマトソース ゆず入り芋きんとん キャベツのコンソメ煮 オクラのおかか和え しば漬け	白身魚フライ ひじきの煮物 畑のお肉の旨煮 春雨のレモン風味 大根の漬物 タルタルソース	若鶏の塩焼き 焼きそば ブロッコリーのトマトソース 花斗六豆 胡瓜の醤油漬け	ぶり煮付け 人参煮 野菜のおろし南蛮 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 きんぴらごぼう もずく酢		
451kcal / 1.9g	491kcal / 2.9g	475kcal / 2.7g	473kcal / 2.1g	498kcal / 1.9g	489kcal / 1.5g	492kcal / 1.6g		
23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)		
麻婆茄子 しゅうまい 鶏肉の玉子とじ わさび菜おひたし ゆず大根	さわら塩焼 青菜ピーナツ和え マカロニサラダ さつま揚げと野菜の煮物 若布と干し海老の当座煮 ずいきの煮物	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) キャベツとヤングコーンの炒め物 中華春雨 赤かぶ漬け	カレーの唐揚げ さつま芋煮 豆腐の中華あん ゆず風味昆布 ザーサイ炒め	鶏肉と野菜のカレーソース ほっこりじゃが芋の煮ころがし お麩の玉子とじ ごぼうサラダ 広島菜漬け	白糸だらの照焼き れんこんの甘酢漬け 切干大根 五目揚げ豆腐 金時豆 しそ昆布	豚肉の黒胡椒焼き 豆乳入りしっとり卵の花 揚げ茄子の生姜醤油あんかけ かにかま入り玉子 壬生菜漬け		
510kcal / 1.9g	468kcal / 1.9g	496kcal / 2.6g	506kcal / 1.4g	549kcal / 2.1g	514kcal / 1.8g	542kcal / 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

