

※ 栄養価表示		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
ごはん 170g込み ※ より詳細な栄養価表も お渡します！ エネルギー 食塩相当量	〇〇kcal / 〇.〇g	仙台味噌仕立ての豚焼き肉 キャベツと人参の炒め 小松菜とツナの煮浸し ゆず入り芋きんとん 胡瓜の生姜漬け 野菜のマリネ	和風おろしソースハンバーグ ジャーマンポテト とりごぼろ 小松菜の和え物 もずく酢 きのこのガーリック醤油ソテー	ネギ塩豚ロース焼き おくらとひじきの和え物 蓮根練り胡麻ドレッシング 茄子とピーマンの煮浸し 胡瓜の醤油漬け 若布と干し海老の当座煮	白身魚ひと口竜田 ニラ玉 ほうれん草と人参の煮浸し パンプキンサラダ 白菜漬け きんぴらごぼろ 具入り甘酢あん(きのこ)	牛焼肉 たたきごぼろ キャベツとウィンナーの洋風煮 マカロニと果物のサラダ しそ昆布 オクラのおかか和え
	635kcal / 3.0g	581kcal / 3.3g	567kcal / 3.1g	636kcal / 3.2g	626kcal / 2.7g	
6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
さば煮付け 花形人参 いんげんの生姜醤油炒め ひじきの煮物 大根の漬物 かにかま入り玉子	酢豚 マロニー中華風 ふんわりハム入りたまご ザーサイと蒸し鶏の塩たれ和え 壬生菜漬け 花斗六豆	黄金カレー煮付け 人参煮 牛ごぼろ煮 しゅうまい はりはり漬 小松菜の酢味噌和え	鶏肉のカレークリーム ブロッコリーとコーンの和え物 キャベツのコンソメ煮 野菜のおろし南蛮 赤かぶ漬け モロヘイヤのお浸し	海老・いか天ぷら きす・オクラ天ぷら 白菜と青菜のそぼろあんかけ エリンギと蒟蒻の旨辛炒め やわらか茎わかめ 蓮根のしそ和え 天つゆ	赤魚白醤油風味焼き ふきの含め煮 とりごぼろ 豆乳入りしっとり卵の花 広島菜漬け 金時豆	鶏肉と根菜の黒酢あん 五目揚げ豆腐 マカロニサラダ しば漬け 湯葉入りチンゲン菜
702kcal / 2.8g	598kcal / 3.0g	581kcal / 2.5g	637kcal / 2.9g	599kcal / 2.4g	592kcal / 1.8g	581kcal / 3.1g
13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
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 高菜ちりめん ごぼろサラダ	鶏肉のトマトソース ツイストマカロニ キャベツとヤングコーンの炒め物 ジャンボ肉だんご 刻みたくあん わさび菜おひたし	ミルフィーユカツ ブロッコリーお浸し 玉ねぎと蒸し鶏のサラダ きのこ入金平牛蒡炒め ザーサイ炒め ゆず風味昆布 フライソース	白糸だらの照焼き いんげん 豚肉の黒胡椒焼き 切干大根 高菜しょうゆ漬 黒豆	デミグラスソースハンバーグ ナポリタン カリフラワーサラダ 小松菜の胡麻和え はりはり漬 ひじき豆	豚肉ときのこの生姜醤油炒め ほうれん草のごま和え 春雨サラダ ニラ玉 赤かぶ漬け めかぶの酢の物	ミートオムレツ カリフラワーのコンソメ煮 野菜と豚バラのクリーム煮 ツナの梅風味パスタ 野沢菜漬け きのこのガーリック醤油ソテー トマトケチャップ
681kcal / 1.5g	655kcal / 3.5g	619kcal / 3.1g	571kcal / 2.5g	625kcal / 3.5g	566kcal / 3.2g	581kcal / 2.6g
20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
さわら塩焼き れんこんの甘酢漬け ちぎり揚げの野菜あんかけ うの花 赤しそ大根 うぐいす豆	豚ロース肉の生姜焼き ブロッコリーお浸し キャベツとカニカマのサラダ ほっこりじゃが芋の煮っころがし 広島菜漬け 蓮根のしそ和え	麻婆豆腐 ふんわりハム入りたまご 蓮根練り胡麻ドレッシング 焼うどん 胡瓜の醤油漬け 梅ごぼろ	鶏天ぷら たたきごぼろ 冬瓜とひき肉の煮物 ささげのゴマ和え やわらか茎わかめ 枝豆とコーンの洋風煮 具入り甘酢あん(きのこ)	スケソウダラ煮付け ふきの含め煮 パスタとツナのフレンチサラダ ジャンボ肉だんご 胡瓜の生姜漬け かにかま入り玉子	ねぎ塩チキン きのこ入金平牛蒡炒め さつまいもの蜜がけ 小松菜の和え物 大根の漬物 切昆布とさつま揚げの煮物	黒毛和牛すき焼き 玉ねぎと蒸し鶏のサラダ 蓮根そぼろ 福神漬 黒豆
591kcal / 2.4g	589kcal / 2.9g	562kcal / 3.1g	701kcal / 2.9g	597kcal / 2.6g	715kcal / 2.6g	624kcal / 2.5g
27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)		
豚キムチ 春雨と椎茸の醤油炒め ブロッコリーのカニカマあんかけ 里芋の煮っころがし 昆布の山椒風味 野菜のマリネ	きのこ鶏肉のガーリックソテー 浸し豆 根菜の香味炒め ミートソーススパゲティ 壬生菜漬け めかぶの酢の物	豚肉炙り焼き ブロッコリーお浸し ポテトサラダ ささげのお浸し 刻みたくあん 小豆煮	さば塩焼き れんこんの甘酢漬け キャベツとヤングコーンの炒め物 茄子とピーマンの煮浸し あみ佃煮 オクラのおかか和え	トマトソースハンバーグ カリフラワーサラダ 筑前煮 かぼちゃの田舎煮 ずいきの紫芋酢 モロヘイヤの辛子和え		
616kcal / 3.0g	565kcal / 2.8g	594kcal / 2.8g	652kcal / 2.5g	556kcal / 3.3g		

【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



※ 栄養価表示		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
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	〇〇kcal / 〇.〇g	スケソウダラ煮付け 華かまぼこ アスパラと牛肉のオイスター炒め ジャンボ肉だんご はりはり漬 わさび菜おひたし	鶏肉と根菜の黒酢あん 卵と木耳の彩り炒め ミートソーススパゲティ 高菜しょうゆ漬 黒豆	ミートオムレツ じゃが芋のカレーマヨソース和え 牛肉とインゲンのうま煮 マカロニのクリーム煮 刻みたくあん 枝豆とコーンの洋風煮 トマトケチャップ	豚ロース肉の生姜焼き カリフラワーサラダ 桜えび入り和風パスタ 小松菜の胡麻和え しば漬け めかぶの酢の物	きのこ鶏肉のガーリックソテー 浸し豆 大葉入り豆腐団子 うの花 高菜ちりめん 123の人参マリネサラダ
	559kcal / 2.5g	598kcal / 2.8g	601kcal / 2.5g	585kcal / 3.1g	568kcal / 2.8g	
6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
デミグラスソースハンバーグ ブロッコリーお浸し かぼちゃの田舎煮 123のコースローサラダ ずいきの煮物 春雨のレモン風味	ごちそうえびフライ 筑前煮 ささげのゴマ和え 赤しそ大根 ゆず風味昆布 タルタルソース	豚肉ときのこの生姜醤油炒め いんげん ちざり揚げの野菜あんかけ じゃが芋土佐煮 福神漬 ひじき豆	さわら塩焼き オクラのお浸し 豚しゃぶと玉ねぎの梅しそソース 春雨サラダ 野沢菜漬け 五目厚焼玉子	麻婆茄子 ほうれん草の干しえび和え 焼ギョーザ さつまいもの蜜がけ ゆず大根 昆布豆	カツ煮 ちんげん菜とちくわの胡麻和え なます 胡瓜の生姜漬け きのこのガーリック醤油ソテー	和風おろしソースハンバーグ ジャーマンポテト パスタとツナのフレンチサラダ ささげのお浸し 大根としその実の漬物 若布と干し海老の当座煮
581kcal / 3.1g	601kcal / 2.8g	579kcal / 3.1g	635kcal / 2.8g	581kcal / 2.7g	616kcal / 3.5g	587kcal / 3.5g
13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
さば塩焼き れんこんの甘酢漬け 高野豆腐の含め煮 小松菜の和え物 大根の漬物 切昆布とさつま揚げの煮物	豚肉炙り焼き 青菜ピーナツ和え 123の出汁巻き玉子 蓮根そぼろ 胡瓜の醤油漬け 小豆煮	ねぎ塩チキン キャベツと人参の炒め 根菜の香味炒め 焼きそば ずいきの紫芋酢 オクラのおかか和え	豚キムチ 浸し豆 揚げ茄子の生姜醤油あんかけ ポテトサラダ 壬生菜漬け かにかま入り玉子	さんまの塩焼き オクラのお浸し 鶏肉の欧風ソース煮 ビーフン カラフルピクルス モロヘイヤの辛子和え	鶏ももから揚 肉じゃがコロッケ 小松菜とツナの煮浸し ブロッコリーとコーンの和え物 昆布の山椒風味 花斗六豆 フライソース	仙台味噌仕立ての豚焼き肉 おくらとひじきの和え物 キャベツとウィンナーの洋風煮 しゅうまい あみ佃煮 湯葉入りチンゲン菜
683kcal / 2.7g	594kcal / 2.6g	723kcal / 3.1g	687kcal / 3.4g	592kcal / 2.4g	729kcal / 3.3g	646kcal / 2.8g
20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
鶏つくね焼き(金平入り) 花野菜のポトフ ゆず入り芋きんとん しば漬け 中華春雨	さば煮付け 人参煮 豆腐と隠元のそぼろあん ひじきの煮物 刻みたくあん 野菜のマリネ	酢豚 ザーサイ炒め ビッグエビのセシューマイ かぼちゃの田舎煮 高菜ちりめん 昆布豆	牛焼肉 キャベツと人参の炒め 五目厚焼玉子 桜えび入り和風パスタ 白菜漬け 小松菜の酢味噌和え	豚角煮 味付けチンゲン菜 高野豆腐と野菜の煮物 パンプキンサラダ 赤かぶ漬け 春雨のレモン風味	赤魚白醤油風味焼き 花形人参 アスパラと牛肉のオイスター炒め マカロニサラダ 野沢菜漬け ひじき豆	鶏肉のカレークリーム いんげん じゃが芋と人参の煮物 123のコースローサラダ 大根としその実の漬物 ゆず風味昆布
573kcal / 3.5g	708kcal / 2.6g	605kcal / 3.0g	611kcal / 2.4g	655kcal / 2.6g	576kcal / 2.2g	684kcal / 2.9g
27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)		
カレーの唐揚げ エビチリソース ちんげん菜とちくわの胡麻和え 切干大根 高菜しょうゆ漬 根菜と大豆の五目煮	和風おろしソースハンバーグ いんげんの生姜醤油和え さつまいもとリンゴの甘煮 豆乳入りしっとり卵の花 ゆず大根 わさび菜おひたし	カツ煮 ほうれん草と人参の煮浸し マロニー中華風 しば漬け 若布と干し海老の当座煮	ネギ塩豚ロース焼き 青菜ピーナツ和え 野菜とペンネのケチャップ炒め 高野豆腐の彩り煮 もずく酢 くり豆	背開きエビフライ 一口いかフライ 小松菜とツナの煮浸し なます やわらか茎わかめ きのこのガーリック醤油ソテー タルタルソース・フライソース		
587kcal / 2.8g	597kcal / 3.3g	604kcal / 3.5g	605kcal / 2.4g	571kcal / 2.9g		

【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

