

				※ 栄養価表示	1日(金)	2日(土)
				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	さんまの塩焼き ふきの含め煮 チンジャオロース ピーマン 赤しそ大根 五日厚焼玉子	鶏肉のトマトソース ブロッコリーとコーンの和え物 蓮根練り胡麻ドレッシング うの花 赤かぶ漬け 湯葉入りチンゲン菜
3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
イペリコ豚のメンチカツ ペペロンチーノ 豆腐と隠元のそぼろあん ひじきの煮物 野沢菜漬け 花斗六豆 フライソース	麻婆茄子 ニラ玉 玉ねぎと蒸し鶏のサラダ 焼きそば 福神漬 ゆず風味昆布	牛焼肉 エリンギと蒟蒻の旨辛炒め おさつサラダ しゅうまい 大根としその実の漬物 わさび菜おひたし	豚ロース肉の生姜焼き キャベツと人参の炒め ふんわりハム入りたまご じゃが芋土佐煮 しば漬け 小松菜の酢味噌和え	カツ煮 花野菜のポトフ ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え 高菜しょうゆ漬 若布と干し海老の当座煮	仙台味噌仕立ての豚焼き肉 おくらとひじきの和え物 キャベツとヤングコーンの炒め物 おかず豆 白菜漬け 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 桜えび入り和風パスタ ほうれん草と人参の煮浸し 豆乳入りしっとり卵の花 ゆず大根 うぐいす豆
661kcal / 3.2g	645kcal / 3.2g	705kcal / 2.5g	649kcal / 2.7g	643kcal / 3.4g	673kcal / 3.2g	672kcal / 3.1g
10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
鶏肉のカレークリーム 人参の洋風煮 根菜の香味炒め さつまいもの蜜がけ もずく酢 湯葉入りチンゲン菜	牛肉のオイスターソース いんげんの生姜醤油和え マカロニサラダ ずいきの煮物 切昆布とさつま揚げの煮物	さば煮付け 花形人参 白菜と青菜のそぼろあんかけ 茄子とピーマンの煮浸し 昆布の山椒風味 くり豆	鶏つくね焼き(金平入り) 野菜と豚肉の炊き合わせ ポテトサラダ やわらか茎わかめ ほうれん草のごま和え	さわら塩焼き オクラのお浸し とりごぼろ マロニー中華風 大根の漬物 めかぶの酢の物	ミートオムレツ カラフルピクルス じゃが芋と人参の煮物 ほうれん草コーンバター はりはり漬 うずら豆 トマトケチャップ	ごちそうえびフライ3L パスタとツナのフレンチサラダ ジャーマンポテト 高菜ちりめん 蓮根のしそ和え タルタルソース
714kcal / 2.5g	664kcal / 2.9g	771kcal / 2.6g	612kcal / 3.4g	615kcal / 2.8g	610kcal / 2.6g	722kcal / 2.2g
17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
牛肉じゃが 玉ねぎと蒸し鶏のサラダ 小松菜の胡麻和え 刻みたくあん 黒豆	赤魚白醤油風味焼き 華かまぼこ 焼きそば じゃが芋土佐煮 広島菜漬け ごぼうサラダ	酢豚 中華春雨 焼ギョーザ 野菜のおろし南蛮 胡瓜の醤油漬け かにかま入り玉子	黄金カレイ煮付け ふきの含め煮 豚肉の黒胡椒焼き マカロニのクリーム煮 壬生菜漬け 野菜のマリネ	ヒレカツ ブロッコリーのカニカマあんかけ ミートソーススパゲティ 赤しそ大根 小豆煮 フライソース	ネギ塩豚ロース焼き 青菜ピーナッツ和え ピーマン 枝豆と魚卵焼団子(豆乳入り) しそ昆布 オクラのおかか和え	鶏肉のカレークリーム ツイストマカロニ 高野豆腐と野菜の煮物 パンクインサラダ しば漬け 枝豆とコーンの洋風煮
627kcal / 2.3g	651kcal / 2.0g	661kcal / 3.4g	632kcal / 2.5g	712kcal / 2.2g	638kcal / 3.1g	774kcal / 2.9g
24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
さば塩焼き 花形人参 筑前煮 ブロッコリーとコーンの和え物 カラフルピクルス 若布と干し海老の当座煮	豚肉ときこの生姜醤油炒め 大根葉のお浸し ゆず入り芋きんとん ささげのゴマ和え もずく酢 根菜と大豆の五目煮	トマトソースハンバーグ ジャーマンポテト 野菜と豚肉の炊き合わせ 蓮根そぼろ 胡瓜の生姜漬け わさび菜おひたし	ねぎ塩チキン キャベツと人参の炒め かぼちゃの田舎煮 切干大根 あみ佃煮 ほうれん草と白菜の生姜風味	豚肉炙り焼き ちんげん菜とちくわの胡麻和え 根菜の香味炒め 焼うどん 大根としその実の漬物 小女子の佃煮	カレイの唐揚げ エビチリソース 高野豆腐の含め煮 123のコースローサラダ 野沢菜漬け ひじき豆	豚角煮 味付けチンゲン菜 123の出汁巻き玉子 なます 高菜しょうゆ漬 中華春雨
688kcal / 2.3g	633kcal / 2.9g	621kcal / 3.5g	738kcal / 2.4g	625kcal / 3.5g	659kcal / 2.9g	658kcal / 2.3g

【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(金)	2日(土)
				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	豚肉ときのこの生姜醤油炒め たたきごぼう ちぎり揚げの野菜あんかけ ジャーマンポテト 広島菜漬け 123の人参マリネサラダ	黄金カレイ煮付け オクラのお浸し 茄子と挽肉の味噌炒め マカロニと果物のサラダ はりはり漬 小女子の佃煮
3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
ミートオムレツ <small>キャベツとカニカマのサラダ</small> 牛ごぼう煮 さつま芋煮 胡瓜の醤油漬け 蓮根のしそ和え トマトケチャップ 637kcal / 2.6g	さわら塩焼き いんげん 鶏肉の欧風ソース煮 <small>きのこ入金平牛蒡炒め</small> 大根の漬物 枝豆とコーンの洋風煮 637kcal / 2.5g	デミグラスソースハンバーグ ツイストマカロニ <small>キャベツとウインナーの洋風煮</small> 野菜のおろし南蛮 高菜ちりめん めかぶの酢の物 638kcal / 3.1g	白糸だらの照焼き れんこんの甘酢漬け 五目揚げ豆腐 ポークビーンズ しそ昆布 ごぼうサラダ 619kcal / 2.3g	ねぎ塩チキン 青菜ピーナツ和え 厚揚げといんげんの煮物 <small>ほっこりじゃが芋の煮ころがし</small> 胡瓜の生姜漬け 野菜のマリネ 741kcal / 2.9g	スケソウダラ煮付け 華かまぼこ 牛肉とインゲンのうま煮 ジャンボ肉だんご あみ佃煮 梅ごぼう 612kcal / 2.4g	ミルフィーユカツ カリフラワーのコンソメ煮 畑のお肉の旨煮 ささげのゴマ和え 刻みたくあん モロヘイヤのお浸し フライソース 610kcal / 3.3g
10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
豚肉炙り焼き ブロッコリーお浸し <small>揚げ茄子の生姜醤油あんかけ</small> 123のコールスローサラダ 壬生菜漬け ひじき豆 629kcal / 3.2g	<small>きのこ鶏肉のガーリックソテー</small> ペペロンチーノ ビッグエビのセシューマイ 小松菜の和え物 赤しそ大根 かにかま入り玉子 653kcal / 3.0g	豚角煮 味付けチンゲン菜 卵と木耳の彩り炒め 蓮根そぼろ 福神漬 オクラのおかか和え 664kcal / 2.5g	麻婆豆腐 ザーサイ炒め さつまいもとリンゴの甘煮 焼うどん 野沢菜漬け 小豆煮 621kcal / 2.4g	豚ロース肉の生姜焼き ブロッコリーとコーンの和え物 野菜のスープ煮 ゆず入り芋さんとん しば漬け わさび菜おひたし 624kcal / 2.9g	さんまの塩焼き 人参煮 ぶんわりハム入りたまご ツナの梅風味パスタ 赤かぶ漬け 若布と干し海老の当座煮 683kcal / 2.6g	豚キムチ いんげん 高野豆腐の含め煮 しゅうまい あみ佃煮 小松菜の酢味噌和え 728kcal / 3.3g
17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
デミグラスソースハンバーグ カリフラワーサラダ ちぎり揚げの野菜あんかけ エリンギと蒟蒻の旨辛炒め 胡瓜の生姜漬け 春雨のレモン風味 630kcal / 3.5g	牛焼肉 ブロッコリーお浸し 123の出汁巻き玉子 ささげのお浸し 白菜漬け ひじき豆 637kcal / 2.6g	海老・いか天ぷら きす・オクラ天ぷら 小松菜とツナの煮浸し うの花 大根としその実の漬物 ゆず風味昆布 天つゆ 648kcal / 2.6g	鶏肉のトマトソース キャベツと人参の炒め <small>ちんげん菜とちくわの胡麻和え</small> ひじきの煮物 大根の紫芋酢 花斗六豆 629kcal / 3.0g	ぶり照焼き れんこんの甘酢漬け 鶏肉の欧風ソース煮 ニラ玉 高菜しょうゆ漬 <small>切昆布とさつま揚げの煮物</small> 697kcal / 1.9g	和風おろしソースハンバーグ いんげんの生姜醤油和え <small>キャベツとウインナーの洋風煮</small> マカロニサラダ 福神漬 湯葉入りチンゲン菜 634kcal / 3.5g	牛肉のオイスターソース さつまいもとリンゴの甘煮 小松菜の和え物 ザーサイ炒め <small>きのこのガーリック醤油ソテー</small> 658kcal / 2.3g
24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
麻婆茄子 ぶんわりハム入りたまご 玉ねぎと蒸し鶏のサラダ 豆乳入りしっとり卵の花 はりはり漬 くり豆 671kcal / 2.4g	背開きエビフライ カレーコロッケ パンネのトマトソース 茄子とピーマンの煮浸し 刻みたくあん 蓮根のしそ和え <small>タルタルソース・フライソース</small> 735kcal / 3.1g	仙台味噌仕立ての豚焼き肉 カリフラワーサラダ <small>ほうれん草と人参の煮浸し</small> 里芋の煮ころがし 大根の漬物 めかぶの酢の物 640kcal / 2.8g	スケソウダラ煮付け オクラのお浸し 牛ごぼう煮 春雨サラダ 高菜ちりめん 昆布豆 612kcal / 2.5g	ミートオムレツ 人参の洋風煮 野菜と豚バラのクリーム煮 しゅうまい 胡瓜の醤油漬け モロヘイヤの辛子和え トマトケチャップ 617kcal / 2.7g	<small>きのこ鶏肉のガーリックソテー</small> カリフラワーのコンソメ煮 ツナの梅風味パスタ 小松菜の胡麻和え ゆず大根 ごぼうサラダ 654kcal / 3.0g	さわら塩焼き いんげん とりごぼう うの花 やわらか莖わかめ 切干大根の中華サラダ 619kcal / 2.6g

【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

