

31日(日)				※ 栄養価表示		1日(金)	2日(土)
白身魚のマヨネーズ炒め 豚肉のみぞれがけ 焼きそば 切干大根の中華サラダ やわらか茎わかめ				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 ○○kcal / ○.○g		白身魚のチーズパン粉焼き コールスローサラダ 揚げレンコンの黒酢炒め 桃のコンポート	豚肉の生姜焼き 小松菜のナムル 里芋の味噌煮 ひじき煮
カリウム482mg / リン175mg 592kcal / 1.9g						カリウム429mg / リン200mg 596kcal / 1.6g	カリウム506mg / リン152mg 582kcal / 1.9g
3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	
ポテトとチキンのトマト煮 キャベツとヤングコーンの炒め物 チンジャオロース 切干大根の中華サラダ	揚げ出し豆腐と肉団子の煮物 めかぶの酢の物 マカロニのクリーム煮 ポテトとウインナー 大根としその実の漬物	豚肉のさっぱり胡麻和え ポテトサラダ 鶏肉の柚子風味 しば漬け	鶏肉と野菜のカレーソース うずら豆 味付いんげん きのこ入金牛蒡炒め 大根の漬物	豚肉のかば焼き風 ビーフン ちぎり揚げの野菜あんかけ 蓮根のしそ和え	海老のオーロラソース かにかま入り玉子 エリンギと蒟蒻の旨辛炒め 肉入り野菜炒め 野沢菜漬け	炒り鶏 豚肉の黒胡椒焼き 焼うどん 切昆布とさつま揚げの煮物 大根の紫芋酢	
カリウム470mg / リン165mg 581kcal / 1.7g	カリウム365mg / リン149mg 576kcal / 1.9g	カリウム410mg / リン190mg 597kcal / 1.6g	カリウム506mg / リン171mg 575kcal / 1.3g	カリウム275mg / リン139mg 590kcal / 1.8g	カリウム358mg / リン178mg 571kcal / 1.8g	カリウム399mg / リン158mg 586kcal / 1.9g	
10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	
豚肉入り和風春雨 豆乳入りしっとり卵の花 123の出汁巻き玉子 ちんげん菜のお浸し もずく酢	白身魚のマヨネーズ炒め きのこのガーリック醤油ソテー 小松菜の和え物 メンチカツ はりはり漬 揚げ物ソース	豚肉の南蛮漬け 豆腐と隠元のそぼろあん さつま芋煮 味噌ごぼろ ほうれん草と白菜の生姜風味	白身魚の野菜あんかけ パスタとツナのフレンチサラダ ニラ玉 オクラのおかか和え やわらか茎わかめ	豚肉の辛みそ炒め 筑前煮 切干大根 花斗六豆 壬生菜漬け	鶏肉のスイートチリソース マカロニと果物のサラダ アスパラと牛肉のオイスター炒め 湯葉入りチンゲン菜	チャプチェ 根菜と大豆の五目煮 小松菜の胡麻和え れんこんの紫芋酢 広島菜漬け	
カリウム302mg / リン171mg 585kcal / 1.5g	カリウム466mg / リン185mg 617kcal / 1.8g	カリウム489mg / リン157mg 587kcal / 1.5g	カリウム364mg / リン178mg 586kcal / 1.5g	カリウム525mg / リン179mg 579kcal / 1.8g	カリウム394mg / リン150mg 608kcal / 1.9g	カリウム324mg / リン146mg 580kcal / 1.9g	
17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	
揚げ出し豆腐と肉団子の煮物 ごぼうサラダ うの花 ペペロンチーノ 大根の漬物	ロールキャベツ 長芋の和え物 蓮根の胡麻マヨネーズ ニラとしいたけのソテー	鶏肉のカレーソース 中華あんかけ玉子 豚肉とがんもの含め煮 もずく酢	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 金平ごぼろ	豚肉と油揚げの炒め煮 茄子と挽肉の味噌炒め さつまいもの蜜がけ 蓮根のしそ和え 広島菜漬け	鶏竜田の中華あん なます ほうれん草のごま和え 五目揚げ豆腐 あみ佃煮	ホキの南蛮漬け風 お豆と昆布の煮物 キャベツとウインナーの洋風煮 123の人参マリネサラダ	
カリウム303mg / リン124mg 591kcal / 1.7g	カリウム547mg / リン169mg 580kcal / 1.7g	カリウム329mg / リン179mg 596kcal / 1.8g	カリウム478mg / リン173mg 586kcal / 1.6g	カリウム407mg / リン155mg 604kcal / 1.9g	カリウム360mg / リン171mg 610kcal / 1.9g	カリウム441mg / リン198mg 613kcal / 1.8g	
24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	
豚肉のさっぱり胡麻和え ほうれん草と白菜の生姜風味 大葉入り豆腐団子 蓮根そぼろ 胡瓜の醤油漬け	鶏肉の照り焼き ナポリタン、小松菜のコンソメ風 れんこん金平 野菜の中華炒め いんげん胡麻和え	白身魚の野菜あんかけ 畑のお肉とキャベツの味噌炒め マカロニサラダ 五目厚焼玉子 赤しそ大根	鶏竜田揚げの梅肉風 茄子とピーマンの煮浸し 豆腐の中華あん うぐいす豆	豚肉の南蛮漬け 蒸し鶏の胡麻だれ和え ほっこりじゃが芋の煮ころがし 中華春雨 白菜漬け	コロッケ キャベツと人参の炒め ポークビーンズ ごぼうサラダ 鶏つくね 赤かぶ漬け	麻婆茄子 鶏肉のクリーム煮 しゅうまい 切昆布とさつま揚げの煮物 大根としその実の漬物	
カリウム312mg / リン183mg 592kcal / 1.9g	カリウム460mg / リン202mg 588kcal / 1.9g	カリウム378mg / リン180mg 576kcal / 1.4g	カリウム408mg / リン169mg 570kcal / 1.6g	カリウム380mg / リン157mg 585kcal / 1.6g	カリウム455mg / リン155mg 594kcal / 1.8g	カリウム413mg / リン158mg 614kcal / 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



31日(日)				※ 栄養価表示		1日(金)	2日(土)
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				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		鶏唐揚げの黒酢あんかけ チンゲン菜のきのこ和え いかと大根の煮物 かぼちゃサラダ	ホキの南蛮漬け風 焼きそば お煮め 白菜漬け
カリウム545mg / リン189mg 589kcal / 1.9g				〇〇kcal / 〇.〇g		カリウム533mg / リン182mg 585kcal / 1.7g	カリウム360mg / リン160mg 591kcal / 1.8g
3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	
チャプチェ さつま揚げと野菜の煮物 蓮根そぼろ きのこのガーリック醤油ソテー やわらか荳わかめ	鶏竜田揚げの梅肉風 黒豆 キャベツのコンソメ煮 ずいきの紫芋酢	トラウトサーモンのムニエル 人参、ブロッコリー、カリフラワー 茄子のトマトソース くずきりのサラダ 洋なしのコンポート	アスパラと牛肉のオイスターソース ブロッコリーのカニカマあんかけ 野菜と豚バラのクリーム煮 ほうれん草のごま和え	筑前煮 じゃがいももち 春雨炒め(チンゲン菜入り) カリフラワーの香味ソースかけ	豚肉と野菜の生姜醤油 厚揚げ豆腐と野菜の煮物 ごぼうサラダ ザーサイ炒め なます	さばの塩焼き 和風くずきり 炊き合わせ ぜんまいの煮物	
カリウム364mg / リン151mg 588kcal / 1.9g	カリウム484mg / リン187mg 573kcal / 1.3g	カリウム389mg / リン183mg 589kcal / 0.9g	カリウム480mg / リン193mg 615kcal / 1.9g	カリウム515mg / リン228mg 586kcal / 1.6g	カリウム368mg / リン124mg 578kcal / 1.9g	カリウム487mg / リン202mg 592kcal / 1.4g	
10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	
鶏竜田の中華あん マカロニサラダ 牛肉と里芋の田舎煮 赤しそ大根	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	鶏竜田の照り焼き お麩の玉子とじ ひじきの煮物 高菜ちりめん くり豆	麻婆豆腐 おさつサラダ れんこんの黒酢炒め 胡瓜の胡麻和え	牛肉のすき煮 蒸し鶏の胡麻だれ和え じゃが芋土佐煮 ブロッコリーのお浸し 大根としその実の漬物	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	ホキのクリーム煮 ブロッコリーとコーンの和え物 ゆで豚と玉ねぎの梅しそ風味 白菜漬け	
カリウム371mg / リン183mg 621kcal / 1.9g	カリウム508mg / リン192mg 602kcal / 1.5g	カリウム442mg / リン147mg 575kcal / 1.6g	カリウム539mg / リン222mg 584kcal / 1.9g	カリウム443mg / リン191mg 580kcal / 1.7g	カリウム461mg / リン185mg 589kcal / 1.5g	カリウム390mg / リン187mg 620kcal / 1.7g	
17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	
鶏肉と野菜の中華風味 パンプキンサラダ 畑のお肉の旨煮 人参煮 野沢菜漬け	トラウトサーモンの塩焼き じゃがいものバター風味 くず切りと野菜の炒め物 茄子とピーマンの揚げ浸し	豚肉とじゃが芋の煮物 鶏つくねの野菜あん ミートソーススパゲティ ゆず大根	鶏肉と玉葱の中華みそ煮 豆ひじき わさび菜おひたし えびフリッター カラフルピクルス オーロラソース	たらの唐揚げ野菜あんかけ ブロッコリー ポテトコロッケ マカロニサラダ 小松菜のナムル	野菜と肉団子のクリーム煮 小豆煮 酢豚 やわらか荳わかめ	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	
カリウム459mg / リン153mg 575kcal / 1.4g	カリウム503mg / リン186mg 589kcal / 1.5g	カリウム385mg / リン148mg 622kcal / 1.7g	カリウム408mg / リン192mg 606kcal / 1.4g	カリウム465mg / リン206mg 589kcal / 1.9g	カリウム470mg / リン184mg 605kcal / 1.3g	カリウム542mg / リン159mg 609kcal / 1.7g	
24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	
カレーのみぞれがけ ビーフン 牛肉と青梗菜のオイスター炒め もやしとにら中華和え	牛肉の欧風ソース 花斗六豆 豆乳入りしっとり卵の花 豚肉入り甘辛春雨 ザーサイ炒め	豚肉のバターしょうゆ 花野菜のポトフ 小松菜の和え物 大葉香るささみカツ 刻みたくあん 揚げ物ソース	海老のオーロラソース ペンのカレークリーム 肉入り野菜炒め 胡瓜の生姜漬け	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	アスパラと牛肉のオイスターソース キャベツのコンソメ煮 さつま芋煮 ペペロンチーノ 野菜のマリネ	鶏肉と野菜の中華風味 ハッシュドビーフ 中華あんかけ玉子 小松菜の胡麻和え しば漬け	
カリウム509mg / リン190mg 586kcal / 1.9g	カリウム503mg / リン169mg 624kcal / 1.4g	カリウム369mg / リン158mg 626kcal / 1.6g	カリウム310mg / リン155mg 580kcal / 1.9g	カリウム517mg / リン159mg 597kcal / 1.9g	カリウム384mg / リン147mg 588kcal / 1.4g	カリウム325mg / リン173mg 623kcal / 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

