

2018年4月



カロリー・塩分調整食
昼食

1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
あじの南蛮漬け <small>ブロッコリーとイカの中華あんかけ</small> キャベツの炒め物 ニラ炒り卵	チキンのソテー <small>キャベツと3色ピーマンのソテー</small> 豆のトマト煮 ほうれん草のソテー 筍の土佐煮	さばの塩焼き 青菜のお浸し かぼちゃの煮物 白菜と鶏肉の中華煮 ぜんまい煮	ポークカレー 青菜と卵の炒め物 ツナサラダ 煮りご	白身魚のムニエル ブロッコリー、ナポリタン エビとアスパラのコンソメ風味 <small>ポテトとマッシュルームのガーリックソテー</small> 鶏肉のマスタード和え	肉じゃが <small>いんげんの生姜醤油和え</small> イカと野菜の塩炒め 玉子焼き	タラのソテー-彩り野菜添え ポテトコロケ 鶏肉のトマトソース煮 青菜と海老のソテー
526kcal / 1.8g	524kcal / 1.8g	533kcal / 1.3g	533kcal / 1.8g	522kcal / 1.9g	522kcal / 1.3g	525kcal / 1.9g
8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
鶏肉と野菜の炊き合わせ <small>卵とハムのマヨネーズソース和え</small> 里芋と野菜の味噌タレ <small>ブロッコリーのかに風味あんかけ</small>	さんまの塩焼き <small>里芋、青菜のお浸し、人参</small> さつま揚げのおろし煮 野菜炒め おくらのお浸し	八宝菜 <small>チンゲン菜と赤ピーマンのソテー</small> さきのこと鶏肉の卵とじ 焼売	あじみりん焼き 小松菜のお浸し、里芋 揚げ茄子の菊花あん 飛龍頭の煮物 玉子焼き	ハンバーグデミソース じゃが芋、人参 <small>ほうれん草とコーンのガーリック炒め</small> シーフードマリネ ブロッコリーの洋風煮	赤魚の生姜煮 里芋、人参、ふき わかめとイカの黄身酢和え <small>青菜と厚揚げと豚肉の炒め物</small> うの花	若鶏のカレー焼き ペペロンチーノ、ブロッコリー 茄子のトマトソース煮 シーフードサラダ 青菜のソテー
532kcal / 1.6g	523kcal / 1.7g	524kcal / 1.9g	525kcal / 1.9g	520kcal / 1.5g	524kcal / 1.6g	537kcal / 1.6g
15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
さんまの有馬煮 筍、人参、白菜 れんこんの磯辺煮 鶏肉と野菜の炒め物 ほうれん草の柚子和え	オムレツのミートソースかけ <small>小松菜と貝柱のガーリックソテー</small> 鶏肉のクリーム煮 キャベツのコンソメ仕立て	海老のチリソース 茄子と挽肉の炒め物 ブロッコリーのたまごあん キャベツのカラフルナムル	麻婆豆腐 チキンサラダ <small>ブロッコリーとじゃが芋の炒め物</small> 海鮮塩炒め	さわらのトマトソース 小松菜すだち和え キャベツとウィンナーの炒め物 エビとアスパラのコンソメ風味	<small>牛肉とチンゲン菜のオイスター炒め</small> じゃが芋とハムのカレー炒め <small>カリフラワーと枝豆のオーロラソース</small> 春雨のナムル	赤魚と豆腐の寄せ煮 菜の花の辛子和え 豚肉と木耳の炒め物 なます
532kcal / 1.8g	516kcal / 1.6g	529kcal / 1.9g	518kcal / 1.2g	519kcal / 1.6g	516kcal / 1.8g	524kcal / 1.9g
22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
ヒレカツの卵とじ <small>小松菜とえのきの和え物</small> 鶏肉と野菜の炒め物 海老マヨネーズ	まぐろの生姜醤油 小松菜のお浸し さつまいもレモン煮 切干昆布と豚肉の炒り煮 揚げ出し豆腐	牛肉と春雨の中華風炒め 若竹煮 野菜の豆板醤炒め おくらのおかか和え	白身魚のマヨネーズ焼き ほうれん草、ナポリタン いんげんの生姜醤油和え キャベツとウィンナーの炒め物 ひじきの煮物	鶏の唐揚げ香味ソース ほうれん草炒め煮 豆腐のピリ辛そぼろあん 白菜とイチャ貝の中華煮	さんまの塩焼き <small>里芋、青菜のお浸し、人参</small> さつま揚げのおろし煮 野菜炒め おくらのお浸し	ポークカレー 青菜と卵の炒め物 ツナサラダ 煮りご
534kcal / 1.9g	522kcal / 1.5g	519kcal / 1.9g	529kcal / 1.9g	522kcal / 1.8g	523kcal / 1.7g	533kcal / 1.8g
29日(日)	30日(月)	※ 栄養価表示				
トラウトサーモンホワイトソース ブロッコリーのカニ風味あんかけ ほうれん草と挽肉の炒め物 豆腐のおかか和え	厚揚げと白菜の炒め物 かぼちゃサラダ 小松菜としめじのお浸し カリフラワーの香味ソースかけ	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				
519kcal / 1.3g	514kcal / 1.4g	〇〇kcal / 〇.〇g				

【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



2018年4月



カロリー・塩分調整食
夕食

1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
豆腐ハンバーグ <small>人参、れんこん、いんげん、椎茸</small> 大根の煮物 <small>ほうれん草の玉子炒め 若布と胡瓜の酢の物</small>	鱈の柚子おろし煮 <small>いんげんの練り胡麻和え</small> 炒り鶏 ひじき煮	青椒肉絲 海老ボール 春雨のナムル <small>アスパラと炒り卵の炒め物</small>	トラウトサーモンホワイトソース ブロッコリーのカニ風味あんかけ ほうれん草と挽肉の炒め物 豆腐のおかか和え	厚揚げと白菜の炒め物 かぼちゃサラダ 小松菜としめじのお浸し カリフラワーの香味ソースかけ	さわらの西京焼き えび芋、キャベツ、人参 青菜の中華和え <small>牛肉とピーマンのオイスター炒め 揚げ茄子の煮物</small>	豚肉とキャベツの味噌炒め ほうれん草の煮浸し 炒り卵 里芋と人参の煮物
518kcal / 1.9g	523kcal / 1.4g	530kcal / 1.9g	519kcal / 1.3g	514kcal / 1.4g	527kcal / 1.9g	522kcal / 1.6g
8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
赤魚の煮付け <small>れんこん、人参、椎茸</small> ひじき煮 茄子のそぼろあんかけ 鶏ササミとネギの胡麻和え	ビーフストロガノフ <small>ほうれん草とコーンのバター風味</small> 野菜とハムのソテー イカのマリネ	白身魚の野菜あんかけ 豆のトマトソース煮 <small>ポテトと鶏肉のカレー風味ソテー</small> 小松菜のおかか和え	鶏の唐揚げ香味ソース ほうれん草炒め煮 豆腐のピリ辛そぼろあん 白菜とイタヤ貝の中華煮	トラウトサーモンの味噌だれかけ チンゲン菜と蒸し鶏の煮浸し マカロニサラダ 大根の煮物	酢豚 ほうれん草ナムル バンバンジー <small>ヤングコーンとえびの炒め物</small>	かつおの胡麻あんかけ 小松菜と湯葉の煮浸し キャベツの中華和え ゴーヤチャンプル 若竹煮
527kcal / 1.9g	535kcal / 1.9g	526kcal / 1.7g	522kcal / 1.8g	522kcal / 1.7g	536kcal / 1.5g	523kcal / 1.7g
15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
牛肉すき焼き 大根のそぼろあんかけ 野菜炒め エビマヨネーズ	白身魚の磯辺あんかけ ふさと絹揚げの炊き合わせ 里芋と豚肉の味噌煮 五目豆	筑前煮 白菜とイタヤ貝の中華煮 三色ピーマンと厚揚げの味噌炒め チンゲン菜のじゃこ和え	まぐろのネギ味噌かけ 小松菜のお浸し、人参 しつとりうの花 炊き合わせ たまご焼き	ゆで豚和風ソース温野菜添え 油揚げと青梗菜の煮浸し 炒り卵 大豆とひじきの甘煮	トラウトサーモンバター醤油焼き <small>玉子焼き、玉葱とコーンのソテー、ブロッコリー</small> ほうれん草と油揚げの煮浸し 里芋と椎茸の煮物 鶏肉と野菜の炒め物	ハンバーグおろしソース 人参、インゲン アスパラのツナ和え 魚介のトマト煮 カリフラワーのカレー焼き
521kcal / 1.8g	516kcal / 1.6g	520kcal / 1.9g	516kcal / 1.3g	515kcal / 1.5g	519kcal / 1.7g	529kcal / 1.9g
22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
さばの塩焼き 青菜のお浸し かぼちゃの煮物 白菜と鶏肉の中華煮 ぜんまい煮	チキンのソテー <small>キャベツと3色ピーマンのソテー</small> 豆のトマト煮 ほうれん草のソテー 筍の土佐煮	あじの南蛮漬け <small>ブロッコリーとイカの中華あんかけ</small> キャベツの炒め物 ニラ炒り卵	回鍋肉 ゴーヤチャンプル 塩やきそば <small>小松菜とえのきのおかかかき和え</small>	タラのソテー彩り野菜添え ポテトコロッケ 鶏肉のトマトソース煮 青菜と海老のソテー	豆腐ハンバーグ <small>人参、れんこん、いんげん、椎茸</small> 大根の煮物 ほうれん草の玉子炒め 若布と胡瓜の酢の物	さわらの幽庵焼き ほうれん草、人参 さつま芋と鶏肉の照り煮 炒り豆腐 胡瓜の胡麻酢和え
533kcal / 1.3g	524kcal / 1.8g	526kcal / 1.8g	533kcal / 1.5g	525kcal / 1.9g	518kcal / 1.9g	533kcal / 1.6g
29日(日)	30日(月)	※ 栄養価表示				
肉じゃが <small>いんげんの生姜醤油和え</small> イカと野菜の塩炒め 玉子焼き	白身魚のムニエル ブロッコリー、ナポリタン エビとアスパラのコンソメ風味 <small>ポテトとマッシュルームのガーリックソテー</small> 鶏肉のマスタード和え	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				
522kcal / 1.3g	522kcal / 1.9g	〇〇kcal / 〇.〇g				

【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

