

2018年2月



普通食
昼食

			※ 栄養価表示	1日(木)	2日(金)	3日(土)
			ごはん 170g込み ※ より詳細な栄養価表も お返します！ エネルギー 食塩相当量 ○○kcal / ○.○g	酢豚 123のコースローサラダ ポテトとウインナー 小豆煮 胡瓜の醤油漬け	ぶり煮付け 味付いんげん 小松菜の和え物 ごぼうと豚肉の柳川風 切干大根の中華サラダ ずいきの紫芋酢	コーンクリームコロッケ おかず豆 肉入り野菜炒め めかぶの酢の物 高菜ちりめん
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
さわら塩焼 れんこんの紫芋酢 ゆず入り芋きんとん 鶏肉と野菜のいなり巻 オクラのおかか和え 大根としその実の漬物	金平入り鶏つくね キャベツと人参の炒め カリフラワーとウインナーの煮物 がんもと野菜の含め煮 きのこのガーリック醤油ソテー 胡瓜の生姜漬け	さば田楽味噌焼 青菜ピーナツ和え 茄子とピーマンの煮浸し 豚肉入り甘辛春雨 枝豆とコーンの洋風煮 やわらか茎わかめ	ゆで豚と玉ねぎの梅しそ風味 ジャーマンポテト ちぎり揚げの野菜あんかけ ごぼうサラダ ゆず大根	さんま生姜煮 ちんげん菜のお浸し 野菜のおろし南蛮 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 春雨のレモン風味 あみ佃煮	お煮め ニラ玉 パスタとツナのフレンチサラダ わさび菜おひたし 白菜漬け	メバル塩焼き れんこんの甘酢漬け 小松菜の胡麻和え 野菜と蒸し鶏のカレーソース 根菜と大豆の五目煮 赤かぶ漬け
510kcal / 1.7g	475kcal / 2.5g	565kcal / 1.5g	556kcal / 1.8g	501kcal / 1.9g	458kcal / 1.6g	443kcal / 2.1g
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
だし唐揚げ ささげのお浸し 高野豆腐の含め煮 切昆布とさつま揚げの煮物 ずいきの紫芋酢 タルタルソース	にしんのみぞれ煮 人参煮 ミートソーススパゲティ 梅入りささみフライ かにかま入り玉子 野沢菜漬け	豚肉とインゲンの塩だれ炒め 切干大根 野菜のスープ煮 小松菜の酢味噌和え しそ昆布	エビフライ ほうれん草コーンバター 筑前煮 123の人参マリネサラダ 刻みたくあん タルタルソース	鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ さつま揚げと野菜の煮物 湯葉入りチンゲン菜 しば漬け	サーモンバーグ さつまいもの蜜がけ キャベツとウインナーの洋風煮 オクラのおかか和え もずく酢	牛肉と里芋の田舎煮 うの花 123の出汁巻き玉子 ほうれん草と白菜の生姜風味 赤しそ大根
542kcal / 2.6g	547kcal / 2.3g	524kcal / 2.4g	498kcal / 2.3g	541kcal / 3.0g	506kcal / 1.9g	470kcal / 1.9g
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
いわしかつお節煮 華かまぼこ エリンギと蒟蒻の旨辛炒め 鶏つくねの野菜あん 花斗六豆 広島菜漬け	野菜と豚バラのクリーム煮 さつま芋煮 豆腐と隠元のそぼろあん めかぶの酢の物 あみ佃煮	一口いかフライ きのこ入金平牛蒡炒め 鶏肉の玉子とじ 若布と干し海老の当座煮 大根の漬物 フライソース	デミグラスソースハンバーグ ペペロンチーノ ほっごじりやが芋の煮ころがし 野菜と牛肉のオイスターソース うずら豆 はりはり漬	赤魚金山寺味噌焼き 味ごぼう ささげのゴマ和え 鶏肉のクリーム煮 五目厚焼玉子 ゆず大根	肉じゃが 豆乳入りしっとり卵の花 チキンボールのトマトソース 野菜のマリネ 高菜ちりめん	スケソウダラ煮付け 花形人参 パンネのカレークリーム 畑のお肉の旨煮 くり豆 やわらか茎わかめ
485kcal / 1.9g	485kcal / 1.7g	479kcal / 2.0g	577kcal / 2.5g	470kcal / 2.0g	521kcal / 1.9g	440kcal / 1.3g
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)			
鶏つくね ナポリタン 豆ひじき 中華あんかけ玉子 小松菜の酢味噌和え 胡瓜の醤油漬け	えびカツ ブロッコリーとコーンの和え物 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 蓮根のしそ和え 昆布の山椒風味 フライソース	若鶏の塩焼き 里芋の煮ころがし 茄子と挽肉の味噌炒め わさび菜おひたし 大根としその実の漬物	あじみりん焼き れんこんの紫芋酢 ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え ごぼうと豚肉の柳川風 花斗六豆 広島菜漬け			
471kcal / 1.9g	500kcal / 2.1g	490kcal / 2.0g	456kcal / 1.4g			

【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2月

普通食
 夕食

			※ 栄養価表示	1日(木)	2日(金)	3日(土)
			ごはん 170g込み ※ より詳細な栄養価表も お返してきます!	あじ西京焼き 花車かまぼこ 蓮根そばろ 五目揚げ豆腐 わさび菜おひたし しそ昆布	トマトソースハンバーグ ペペロンチーノ うの花 蒸し鶏の胡麻だれ和え 野菜のマリネ 野沢菜漬け	いわし紀州煮 人参煮 ポテトサラダ とりごぼろ <small>ほうれん草と白菜の生姜風味</small> 刻みたくあん
			エネルギー 食塩相当量			
			○○kcal / ○.○g	524kcal / 2.5g	507kcal / 2.3g	490kcal / 1.8g
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
豚すき煮 ささげのゴマ和え 卵と木耳の彩り炒め 小女子の佃煮 もずく酢	白身魚フライ じゃが芋土佐煮 プロッコリーのトマトソース 花斗六豆 赤しそ大根 タルタルソース	炭火焼き鳥 なます <small>キャベツとヤングコーンの炒め物</small> 湯葉入りチンゲン菜 しば漬け	黄金カレイ煮付け 花形人参 焼きそば 鶏肉の玉子とじ 黒豆 広島菜漬け	メンチカツ <small>ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え</small> 高野豆腐と野菜の煮物 梅ごぼろ 壬生菜漬け フライソース	白糸だらの照焼き オクラのお浸し パンプキンサラダ 大葉入り豆腐団子 若布と干し海老の当座煮 はりはり漬	豚肉とがんもの含め煮 ビーフン 中華あんかけ玉子 ささがきまんぴらごぼろ 大根の漬物
451kcal / 2.5g	523kcal / 1.5g	454kcal / 2.5g	483kcal / 1.9g	567kcal / 2.5g	466kcal / 2.0g	454kcal / 2.0g
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
エビチリソース しゅうまい 畑のお肉の旨煮 うぐいす豆 ザーサイ炒め	鶏肉の柚子風味 豆乳入りしっとり卵の花 <small>白菜と青菜のそぼろあんかけ</small> めかぶの酢の物 胡瓜の醤油漬け	赤魚白醤油風味焼き 味ごぼろ マカロニと卵のサラダ <small>厚揚げと鶏肉の中華旨煮</small> くり豆 大根の紫芋酢	和風おろしソースハンバーグ キャベツと人参の炒め 豆ひじき じゃが芋と人参の煮物 蓮根のしそ和え 高菜ちりめん	さわらの野菜あんかけ 小松菜の和え物 お麩の玉子とじ 切干大根の中華サラダ やわらか茎わかめ	豚肉の黒胡椒焼き マロニー中華風 プロッコリーのトマトソース 根菜と大豆の五目煮 ゆず大根	あじフライ ジャンボ肉だんご 豆腐の中華あん 野菜のマリネ 昆布の山椒風味 フライソース
508kcal / 1.5g	442kcal / 2.3g	499kcal / 1.4g	513kcal / 2.3g	454kcal / 2.2g	479kcal / 2.2g	538kcal / 1.9g
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
具入りオムレツ ツナポテトサラダ 肉入り野菜炒め モロヘイヤの辛子和え カラフルピクルス トッピングソース(トマト)	銀ひらす照焼き ちんげん菜のお浸し ひじきの煮物 <small>畑のお肉とキャベツの味噌炒め</small> ごぼろサラダ 壬生菜漬け	鶏肉ねぎ塩ダレ お豆と昆布の煮物 <small>白菜と青菜のそぼろあんかけ</small> 中華春雨 胡瓜の生姜漬け	にしんの中華ソース 味付いんげん マカロニと果物のサラダ 鶏肉と野菜のいなり巻 <small>きのこのガーリック醤油ソース</small> 赤かぶ漬け	若鶏の唐揚げ プロッコリーのお浸し ポークビーンズ キャベツのコンソメ煮 切昆布とさつま揚げの煮物 野沢菜漬け	ぶり照焼き れんこんの甘酢漬け 焼うどん 筑前煮 湯葉入りチンゲン菜 赤しそ大根	麻婆茄子 しゅうまい 野菜のスープ煮 かにかま入り玉子 ずいきの煮物
450kcal / 2.0g	441kcal / 1.4g	504kcal / 2.4g	501kcal / 2.2g	483kcal / 2.1g	487kcal / 1.8g	526kcal / 2.0g
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)			
白身魚の中華あんかけ 切干大根 <small>野菜と蒸し鶏のカレーソース</small> 小豆煮 白菜漬け	豚肉のトマトソース マカロニのクリーム煮 123の出汁巻き玉子 <small>ほうれん草と白菜の生姜風味</small> 大根の漬物	さば煮付け 人参煮 小松菜の胡麻和え 高野豆腐の含め煮 めかぶの酢の物 しば漬け	九州産黒豚のメンチカツ フライソース ペペロンチーノ 123のコールスローサラダ ポテトとウインナー プロッコリーのカニカマあんかけ 若布と干し海老の当座煮			
460kcal / 1.6g	489kcal / 2.0g	560kcal / 2.7g	589kcal / 2.7g			

【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

