

2018年3月



たんぱく・塩分調整食
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 お渡しできます！ エネルギー 食塩相当量	牛肉の欧風ソース 豚肉のみぞれがけ ニラ玉 中華春雨 赤かぶ漬け	炒り鶏 かぼちやの田舎煮 肉入り野菜炒め ごぼうサラダ	牛肉のすき煮 揚げ茄子の生姜醤油あんかけ 鶏肉と大根の旨煮 あみ佃煮
			カリウム351mg / リン173mg 586kcal / 1.8g	カリウム466mg / リン171mg 591kcal / 1.6g	カリウム438mg / リン181mg 605kcal / 1.9g	
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
あじの甘酢漬け さつま芋のグラッセ キャベツとコーンのサラダ チンゲン菜の中華煮	ポークカレー ブロッコリーと炒り卵のソテー ビーンズサラダ ラタトゥイユ	ホキの南蛮漬け風 蒸し鶏の胡麻だれ和え ひじきの煮物 ささがきさんぴらごぼう 白菜漬け	鶏肉のスイートチリソース 豚ロース焼きの生姜風味 高野豆腐と野菜の煮物 春雨サラダ 赤しそ大根	肉じゃが アスパラのコーンクリーム れんこんの磯辺揚げ ほうれん草のお浸し	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	豚肉の辛みそ炒め 小豆煮 マカロコと卵のサラダ れんこんの紫芋酢 胡瓜の生姜漬け
カリウム516mg / リン199mg 581kcal / 1.3g	カリウム449mg / リン179mg 597kcal / 1.6g	カリウム444mg / リン180mg 573kcal / 1.9g	カリウム404mg / リン187mg 584kcal / 1.9g	カリウム499mg / リン161mg 582kcal / 1.7g	カリウム429mg / リン200mg 596kcal / 1.6g	カリウム307mg / リン144mg 630kcal / 1.4g
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
海老のオーロラソース 豆乳入りしっとり卵の花 アスパラと牛肉のオイスター炒め わさび菜おひたし	野菜と肉団子のクリーム煮 豆ひじき 123の出汁巻き玉子 春雨のレモン風味 野沢菜漬け	豚肉のさっぱり胡麻和え キャベツのコンソメ煮 オクラのおかか和え だし唐揚げ カラフルピクルス タルタルソース	南瓜と鶏肉の揚げ煮 野菜のマリネ チンゲン菜のお浸し 五目揚げ豆腐 しば漬け	カレイのみぞれがけ ビーフン 牛肉と青梗菜のオイスター炒め もやしとにらの中華和え	海老とピーマンの塩炒め さつま芋のバターソテー 中華風パスタ チンゲン菜の和え物	チキンのトマト煮 中華あんかけ玉子 さつまいもの蜜がけ ごぼうサラダ ザーサイ炒め
カリウム395mg / リン166mg 620kcal / 1.9g	カリウム418mg / リン199mg 583kcal / 1.5g	カリウム345mg / リン189mg 630kcal / 1.8g	カリウム339mg / リン139mg 595kcal / 1.7g	カリウム509mg / リン190mg 586kcal / 1.9g	カリウム443mg / リン180mg 584kcal / 1.8g	カリウム424mg / リン147mg 609kcal / 1.4g
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
白身魚の野菜あんかけ ジャンボ肉だんご 切干大根の中華サラダ れんこんの甘酢漬け やわらか苣わかめ	炒り鶏 うの花 ゆで豚と玉ねぎの梅しそ風味 胡瓜の醤油漬け	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 金平ごぼう	豚肉と油揚げの炒め煮 ポテトとウインナー ツナの梅風味パスタ 大根の漬物	豆腐ハンバーグ たけのこきんぴら コールスローサラダ さつま芋のリング煮	牛肉の欧風ソース 高野豆腐の含め煮 ポテトサラダ かにかま入り玉子 壬生菜漬け	豚肉入り和風春雨 茄子と挽肉の味噌炒め 蓮根のしそ和え チンゲン菜のお浸し もずく酢
カリウム494mg / リン165mg 610kcal / 1.5g	カリウム392mg / リン176mg 629kcal / 1.9g	カリウム478mg / リン173mg 586kcal / 1.6g	カリウム307mg / リン158mg 614kcal / 1.8g	カリウム461mg / リン185mg 589kcal / 1.5g	カリウム361mg / リン199mg 598kcal / 1.8g	カリウム329mg / リン151mg 572kcal / 1.9g
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
ホキの南蛮漬け風 くり豆 豚肉の黒胡椒焼き ゆず大根	鶏肉と玉葱の中華みそ煮 野菜のマリネ ペペロンチーノ 一口いかフライ 広島菜漬け フライソース	豚肉のかば焼き風 マカロニサラダ 123の出汁巻き玉子 きのこのガーリック醤油ソテー 胡瓜の生姜漬け	鶏肉と野菜の中華風味 花斗六豆 畑のお肉の旨煮 じゃが芋土佐煮 白菜漬け	白身魚の野菜あんかけ 豆腐の中華あん 豚肉のトマトソース 若布とシラスの和え物	アスパラと牛肉のオイスターソース 根菜と大豆の五目煮 しゅうまい 豚肉入り甘辛春雨 あみ佃煮	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
カリウム368mg / リン175mg 626kcal / 1.7g	カリウム312mg / リン181mg 587kcal / 1.8g	カリウム312mg / リン194mg 578kcal / 1.8g	カリウム507mg / リン174mg 596kcal / 1.2g	カリウム479mg / リン173mg 589kcal / 1.7g	カリウム345mg / リン158mg 616kcal / 1.8g	カリウム460mg / リン202mg 588kcal / 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



2018年3月



たんぱく・塩分調整食
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 お渡しできます！ エネルギー 食塩相当量	白身魚の野菜あんかけ うずら豆 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 筍土佐煮 胡瓜の生姜漬け	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	鶏竜田の照り焼き 枝豆とコーンの洋風煮 ジャーマンポテト 味付いんげん 野沢菜漬け
			カリウム536mg / リン204mg 571kcal / 1.4g	カリウム545mg / リン189mg 589kcal / 1.9g	カリウム427mg / リン156mg 575kcal / 1.5g	
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
揚げ出し豆腐と肉団子の煮物 なます 回鍋肉 ザーサイ炒め	鶏肉と玉葱の中華みそ煮 ふきと油揚げの田舎煮 豚肉入り甘辛春雨 やわらか茎わかめ	豚肉と野菜の生姜醤油 切干大根の中華サラダ ちくわの磯辺揚げ(豆乳入り) エリンギと蒟蒻の旨辛炒め 高菜ちりめん	カレーのムニエル ポテトコロッケ 白菜のコンソメ煮 洋なしのコンポート	豚肉の黒酢炒め マカロニサラダ お煮め 広島菜漬け	鶏肉のカレーソース 畑のお肉の旨煮 さつま芋煮 菜の花のおひたし 123の人参マリネサラダ	さばの照り焼き かぼちゃとレーズンのバター風味 春雨の中華和え たけのこの甘辛炒め
カリウム457mg / リン162mg 584kcal / 1.8g	カリウム307mg / リン154mg 576kcal / 1.9g	カリウム490mg / リン155mg 591kcal / 1.6g	カリウム427mg / リン177mg 583kcal / 1.2g	カリウム357mg / リン155mg 579kcal / 1.7g	カリウム528mg / リン171mg 581kcal / 1.3g	カリウム541mg / リン200mg 604kcal / 1.9g
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
鶏竜田の中華あん ミートソースバゲティ ごぼうと豚肉の柳川風 壬生菜漬け	赤魚の揚げ煮 里芋、人参、玉ねぎ、ほうれん草 かぼちゃの天ぷら いんげんのツナ和え 煮りんご	麻婆茄子 豆腐の中華あん さつま芋とりんごのサラダ 蓮根のしそ和え ずいきの煮物	豚肉のかば焼き風 くり豆 パスタとツナのフレンチサラダ しゅうまい もずく酢	鶏肉の味噌煮 かぼちゃの煮物 くずきりサラダ いんげん胡麻和え	白身魚のマヨネーズ炒め 野菜のおろし南蛮 豚肉とがんもの含め煮 うぐいす豆	豚肉のバターしょうゆ ひじきの煮物 エビフライ 大根の紫芋酢 タルタルソース
カリウム342mg / リン167mg 591kcal / 1.8g	カリウム461mg / リン182mg 583kcal / 1.3g	カリウム410mg / リン138mg 590kcal / 1.4g	カリウム385mg / リン176mg 625kcal / 1.2g	カリウム494mg / リン189mg 594kcal / 1.5g	カリウム363mg / リン178mg 599kcal / 1.9g	カリウム425mg / リン175mg 621kcal / 1.6g
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
アスパラと牛肉のオイスターソース パンプキンサラダ キャベツとウィンナーの洋風煮 根菜と大豆の五目煮	豚肉の南蛮漬け チキンボールのトマトソース 焼きそば 湯葉入りチンゲン菜 はりはり漬	鶏竜田の照り焼き 五目厚焼玉子 高野豆腐と野菜の煮物 枝豆と魚すり身団子(豆乳入り) あみ佃煮	ホキのクリーム煮 黒豆 肉入り野菜炒め ささげのゴマ和え ずいきの紫芋酢	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	さばの塩焼き 和風くずきり 炊き合わせ ぜんまいの煮物	南瓜と鶏肉の揚げ煮 ブロッコリーのトマトソース キャベツ(付合せ) 豆乳入りしっとり卵の花 刻みたくあん
カリウム453mg / リン177mg 607kcal / 1.9g	カリウム442mg / リン165mg 614kcal / 1.8g	カリウム269mg / リン187mg 588kcal / 1.3g	カリウム499mg / リン205mg 586kcal / 1.3g	カリウム515mg / リン228mg 586kcal / 1.6g	カリウム487mg / リン202mg 592kcal / 1.4g	カリウム428mg / リン141mg 574kcal / 1.8g
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
豚肉と野菜の生姜醤油 鶏肉の玉子とじ 里芋の煮ころがし ごぼうサラダ しそ昆布	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	野菜と肉団子のクリーム煮 野菜と蒸し鶏のカレーソース 豆ひじき わさび菜おひたし 大根としその実の漬物	豚肉の黒酢炒め 菜の花とかにかま卵和え ナポリタン 若鶏の唐揚げ やわらか茎わかめ	鶏肉と野菜のカレーソース お麩の玉子とじ うの花 味ごぼう 小豆煮	ホキのクリーム煮 切干大根の中華サラダ 鶏肉の柚子風味 もずく酢	豚肉のさっぱり胡麻和え 黒豆 桜えび入り和風パスタ しば漬け
カリウム460mg / リン162mg 597kcal / 1.8g	カリウム517mg / リン159mg 597kcal / 1.9g	カリウム530mg / リン194mg 572kcal / 1.7g	カリウム289mg / リン195mg 600kcal / 1.6g	カリウム405mg / リン151mg 576kcal / 1.5g	カリウム509mg / リン185mg 582kcal / 1.7g	カリウム403mg / リン203mg 604kcal / 1.3g

【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

