

| ※ 栄養価表示 | | | | 1日(木) | 2日(金) | 3日(土) |
|--|--|--|---|---|---|--|
| おかずのみ ※ 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 | | | | トマトソースハンバーグ ポテトとウインナー ブロッコリーのカニカマあんかけ マカロニのクリーム煮 はりはり漬 オクラのおかか和え | 豚キムチ ふんわりハム入りたまご 茄子とピーマンの煮浸し ポテトとたらこのマヨ和え 野沢菜漬け うぐいす豆 | 白身魚フライ 鶏ささみチーズカツ 小松菜とツナの煮浸し ひじきの煮物 大根の漬物 野菜のマリネ タルタルソース・フライソース |
| 4日(日) | 5日(月) | 6日(火) | 7日(水) | 8日(木) | 9日(金) | 10日(土) |
| 仙台味噌仕立ての豚焼き肉 浸し豆 高野豆腐の含め煮 ほうれん草と人参の煮浸し やわらか茎わかめ ローストチキンほぐし身 | 鶏肉のカレークリーム ペペロンチーノ キャベツとヤングコーンの炒め物 さつま芋煮 胡瓜の醤油漬け モロヘイヤの辛子和え | スケソウダラ煮付け 花形人参 牛肉のおろし煮 マカロニと卵のサラダ 大根の紫芋酢 根菜と大豆の五目煮 | 豚肉炙り焼き いんげん カリフラワーサラダ 豆ひじき 刻みたくあん わさび菜おひたし | ごだわりもも唐揚げ コーンクリームコロッケ 小松菜とじゃこのお浸し 切干大根 しそ昆布 ツナサラダ | さば煮付け ふきの含め煮 なます ほうれん草と蒸し鶏の和え物 ザーサイ炒め うずら豆 | 牛肉のオイスターソース 花野菜のポトフ さつま芋とりんごのサラダ 胡瓜の生姜漬け 若布とシラスの和え物 |
| 373kcal / 3.2g | 405kcal / 2.9g | 300kcal / 2.6g | 290kcal / 2.8g | 425kcal / 2.5g | 438kcal / 2.1g | 321kcal / 2.4g |
| 11日(日) | 12日(月) | 13日(火) | 14日(水) | 15日(木) | 16日(金) | 17日(土) |
| きのこと鶏肉のガーリックソテー ペペロンチーノ ビッグエビのセシューマイ 豆乳入りしっとり卵の花 昆布の山椒風味 いんげんのピーナッツ和え | ぶり照焼き れんこんの甘酢漬け 揚げ茄子の生薬醤油あんかけ とろとろ玉子 野沢菜漬け 大豆ちりめん | 豚角煮 味付けチンゲン菜 キャベツとウインナーの洋風煮 ささげのゴマ和え はりはり漬 切昆布と油揚げのおかか煮 | 和風おろしソースハンバーグ ブロッコリーのお浸し かぼちゃの田舎煮 123のコールスローサラダ 白菜漬け ささがききんぴらごぼう | 黄金カレー煮付け 味ごぼう 牛肉とインゲンのうま煮 ミートソーススパゲティ 広島菜漬け 123の人参マリネサラダ | 塩だれチキン ほうれん草コーンバター 高野豆腐の彩り煮 しば漬け 若布と干し海老の当座煮 | 麻婆豆腐 いんげん ふんわりハム入りたまご しゅうまい 大根としその実の漬物 根菜と大豆の五目煮 |
| 343kcal / 3.0g | 371kcal / 2.1g | 380kcal / 2.2g | 286kcal / 3.2g | 300kcal / 2.5g | 294kcal / 3.1g | 286kcal / 2.8g |
| 18日(日) | 19日(月) | 20日(火) | 21日(水) | 22日(木) | 23日(金) | 24日(土) |
| 牛焼肉 ほうれん草の干しえび和え ブロッコリーのカニカマあんかけ 焼きそば 切り昆布煮 片口いわし浅炊き | 豚肉とさこの生姜醤油炒め キャベツ(付合せ) ちんげん菜とちくわの胡麻和え ジャーマンポテト 壬生菜漬け うずら豆 | デミグラスソースハンバーグ ナポリタン うの花 おかか佃煮 かにかま入り玉子 | カレイの唐揚げ マロニー中華風 ポテトとたらこのマヨ和え 厚揚げのきのこあんかけ 赤しそ大根 モロヘイヤのお浸し | 黒毛和牛すき焼き マカロニと卵のサラダ ほうれん草と油揚げのお浸し もずく酢 花斗六豆 | 仙台味噌仕立ての豚焼き肉 いんげん 蓮根練り胡麻ドレッシング 茄子とピーマンの煮浸し あみ佃煮 わさび菜おひたし | さば塩焼き ふきの含め煮 とりごぼう ニラ入り玉子 胡瓜の醤油漬け 若布と干し海老の当座煮 |
| 346kcal / 3.1g | 299kcal / 2.7g | 325kcal / 3.3g | 306kcal / 2.2g | 327kcal / 2.4g | 347kcal / 3.1g | 409kcal / 2.6g |
| 25日(日) | 26日(月) | 27日(火) | 28日(水) | 29日(木) | 30日(金) | |
| 鶏肉のトマトソース ツイストマカロニ 小松菜とじゃこのお浸し カリフラワーとウインナーの煮物 大根の漬物 小豆煮 | 白身魚ひと口竜田 おくらとひじきの和え物 花野菜のポトフ おかず豆 ザーサイ炒め 五目厚焼玉子 貝入り甘酢あん(きのこ) | 豚ロース肉の生姜焼き キャベツと人参の炒め 春雨サラダ さつま芋煮 しば漬け 湯葉入りチンゲン菜 | ミートオムレツ ブロッコリーのお浸し 豚肉の黒胡椒焼き ペンネのカレークリーム おかか昆布 いんげんのピーナッツ和え トマトケチャップ | あじみりん焼き オクラのお浸し 牛ごぼう煮 かぼちゃの田舎煮 やわらか茎わかめ かにかま入り玉子 | 鶏肉のカレークリーム カリフラワーの洋風煮 キャベツのコンソメ煮 ビーフン 白菜漬け オクラのおかか和え | |
| 321kcal / 2.8g | 336kcal / 2.5g | 292kcal / 2.3g | 363kcal / 2.8g | 300kcal / 2.1g | 394kcal / 2.8g | |

【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(木) | 2日(金) | 3日(土) |
|--|--|--|--|--|--|---|
| <p>おかずのみ</p> <p>※ より詳細な栄養価表もお渡しできます!</p> <p>エネルギー</p> <p>食塩相当量</p> <p>〇〇kcal / 〇.〇g</p> | | | | <p>さば塩焼き</p> <p>花車かまぼこ</p> <p>山菜とちくわの炊き合わせ</p> <p>おかず豆</p> <p>カラフルピクルス</p> <p>若布と干し海老の当座煮</p> | <p>牛焼肉</p> <p>青菜ピーナッツ和え</p> <p>野菜とウインナーの炒め物</p> <p>しゅうまい</p> <p>胡瓜の生姜漬け</p> <p>小魚の佃煮</p> | <p>麻婆豆腐</p> <p>ブロッコリーのお浸し</p> <p>ゆず入り芋きんとん</p> <p>焼うどん</p> <p>高菜ちりめん</p> <p>ささがききんぴらごぼう</p> |
| 4日(日) | 5日(月) | 6日(火) | 7日(水) | 8日(木) | 9日(金) | 10日(土) |
| <p>さんまの塩焼き</p> <p>野菜と豚肉の炊き合わせ</p> <p>じゃが芋土佐煮</p> <p>大根としその実の漬物</p> <p>かにかま入り玉子</p> | <p>豚肉ときこの生姜醤油炒め</p> <p>キャベツ(付合せ)</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>ささげのお浸し</p> <p>切り昆布煮</p> <p>花斗六豆</p> | <p>ヒレカツ</p> <p>野菜のスープ煮</p> <p>蓮根そぼろ</p> <p>あみ佃煮</p> <p>ほうれん草のごま和え</p> <p>フライソース</p> | <p>デミグラスソースハンバーグ</p> <p>ナポリタン</p> <p>葉野菜の和風ドレッシング仕立て</p> <p>うの花</p> <p>広島菜漬け</p> <p>片口いわし浅焼き</p> | <p>ミートオムレツ</p> <p>ジャーマンポテト</p> <p>いんげんの生姜醤油和え</p> <p>ジャンボ肉だんご</p> <p>しば漬け</p> <p>くり豆</p> <p>トマトケチャップ</p> | <p>ネギ塩豚ロース焼き</p> <p>きのこと入金平牛蒡炒め</p> <p>卵と木耳の彩り炒め</p> <p>焼きそば</p> <p>壬生菜漬け</p> <p>めかぶの酢の物</p> | <p>さわら塩焼き</p> <p>華かまぼこ</p> <p>蓮根練り胡麻ドレッシング</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>赤しそ大根</p> <p>オクラのおかか和え</p> |
| 377kcal / 2.9g | 278kcal / 2.7g | 296kcal / 2.5g | 296kcal / 3.5g | 313kcal / 3.0g | 313kcal / 3.4g | 306kcal / 2.8g |
| 11日(日) | 12日(月) | 13日(火) | 14日(水) | 15日(木) | 16日(金) | 17日(土) |
| <p>酢豚</p> <p>浸し豆</p> <p>キャベツとカニカマのサラダ</p> <p>湯葉入りチンゲン菜</p> <p>まぐろ煮</p> <p>五目厚焼玉子</p> | <p>ごちそうえびフライ</p> <p>とりごぼう</p> <p>ブロッコリーとコーンの和え物</p> <p>やわらか茎わかめ</p> <p>春雨のレモン風味</p> <p>タルタルソース</p> | <p>あじみりん焼き</p> <p>人参煮</p> <p>ゆで豚と玉ねぎの梅しそ風味</p> <p>マカロニのクリーム煮</p> <p>高菜ちりめん</p> <p>おくらと湯葉のお浸し</p> | <p>鶏肉のトマトソース</p> <p>ツイストマカロニ</p> <p>ニラ入り玉子</p> <p>ほうれん草と油揚げのお浸し</p> <p>大根の漬物</p> <p>小豆煮</p> | <p>豚キムチ</p> <p>中華春雨</p> <p>小松菜とツナの煮浸し</p> <p>里芋の煮ころがし</p> <p>胡瓜の醤油漬け</p> <p>小魚の佃煮</p> | <p>白糸だらの照焼き</p> <p>オクラのお浸し</p> <p>牛ごぼう煮</p> <p>マカロニと果物のサラダ</p> <p>刻みたくあん</p> <p>蒸し鶏胡麻和え</p> | <p>ミルフィーユカツ</p> <p>ペペロンチーノ</p> <p>蓮根そぼろ</p> <p>野菜のおろし南蛮</p> <p>あみ佃煮</p> <p>わさび菜おひたし</p> <p>フライソース</p> |
| 273kcal / 2.9g | 341kcal / 2.6g | 348kcal / 1.8g | 357kcal / 2.9g | 324kcal / 3.3g | 282kcal / 2.7g | 302kcal / 3.0g |
| 18日(日) | 19日(月) | 20日(火) | 21日(水) | 22日(木) | 23日(金) | 24日(土) |
| <p>赤魚白醤油風味焼き</p> <p>ふきの含め煮</p> <p>じゃが芋と人参の煮物</p> <p>ザーサイと蒸し鶏の梅だれ和え</p> <p>大根の紫芋酢</p> <p>黒豆</p> | <p>カツ煮</p> <p>筑前煮</p> <p>マカロニサラダ</p> <p>昆布ちりめん</p> <p>ツナとほうれん草の和え物</p> | <p>鶏肉のカレークリーム</p> <p>ブロッコリーのお浸し</p> <p>キャベツのコンソメ煮</p> <p>さつまいもの蜜がけ</p> <p>胡瓜の生姜漬け</p> <p>切干大根の中華和え</p> | <p>豚肉炙り焼き</p> <p>青菜ピーナッツ和え</p> <p>根菜の香味炒め</p> <p>お豆と昆布の煮物</p> <p>まぐろ煮</p> <p>オクラのおかか和え</p> | <p>ぶり照焼き</p> <p>味ごぼう</p> <p>野菜と豚肉の炊き合わせ</p> <p>ひじきの煮物</p> <p>野沢菜漬け</p> <p>野菜のマリネ</p> | <p>さのごと鶏肉のガーリックステーキ</p> <p>ペペロンチーノ</p> <p>ブロッコリーとコーンの和え物</p> <p>ツナポテトサラダ</p> <p>しそ昆布</p> <p>大豆ちりめん</p> | <p>和風おろしソースハンバーグ</p> <p>じゃが芋土佐煮</p> <p>ほうれん草と人参の煮浸し</p> <p>切干大根</p> <p>白菜漬け</p> <p>うぐいす豆</p> |
| 280kcal / 1.8g | 394kcal / 3.5g | 382kcal / 2.7g | 303kcal / 3.1g | 312kcal / 2.4g | 295kcal / 2.8g | 292kcal / 2.7g |
| 25日(日) | 26日(月) | 27日(火) | 28日(水) | 29日(木) | 30日(金) | |
| <p>麻婆茄子</p> <p>ささげのお浸し</p> <p>焼ゴーザ</p> <p>パンプキンサラダ</p> <p>広島菜漬け</p> <p>切昆布と油揚げのおかか煮</p> | <p>牛肉のオイスターソース</p> <p>山菜とちくわの炊き合わせ</p> <p>焼うどん</p> <p>刻みたくあん</p> <p>ほうれん草のごま和え</p> | <p>さんまの塩焼き</p> <p>豆腐と隠元のそぼろあん</p> <p>とろとろ玉子</p> <p>カラフルピクルス</p> <p>若布とシラスの和え物</p> | <p>鶏つくね焼き(金平入り)</p> <p>揚げ茄子の生姜醤油あんかけ</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>壬生菜漬け</p> <p>くり豆</p> | <p>豚角煮</p> <p>味付けチンゲン菜</p> <p>高野豆腐の含め煮</p> <p>桜豆と魚すり身団子(豆乳入り)</p> <p>あみ佃煮</p> <p>ローストチキンほぐし身</p> | <p>黄金カレイ煮付け</p> <p>ふきの含め煮</p> <p>チキンボールのトマトソース</p> <p>豆乳入りしっとり卵の花</p> <p>野沢菜漬け</p> <p>123の人参マリネサラダ</p> | |
| 312kcal / 3.2g | 313kcal / 3.1g | 338kcal / 2.6g | 319kcal / 3.4g | 387kcal / 2.4g | 305kcal / 2.8g | |

[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

