

※ 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				鶏肉のカレーソース オクラのおかか和え マカロニのクリーム煮 味付いんげん はりはり漬	豚肉のバターしょうゆ うぐいす豆 とりごぼう 野沢菜漬け	さんまの有馬煮 里芋、人参、オクラ カリフラワーのカレー風味ソテー 春雨の炒め物 チンゲン菜のお浸し
				カリウム439mg / リン113mg 287kcal / 1.6g	カリウム415mg / リン128mg 296kcal / 1.4g	カリウム362mg / リン119mg 294kcal / 1.6g
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
鶏肉のトマトソース煮 チンゲン菜の炒め物 マカロニサラダ りんごの蜜煮	揚げ出し豆腐と肉団子の煮物 モロヘイヤの辛子和え 畑のお肉の旨煮 さつま芋煮 胡瓜の醤油漬け	酢豚 菜の花のお浸し ポテトとベーコンのソテー 春雨サラダ	南瓜と鶏肉の揚げ煮 わさび菜おひたし エビフライ 刻みたくあん タルタルソース	あじの甘酢漬け さつま芋のグラッセ 茄子の甘味噌炒め チンゲン菜の中華煮	チャブチエ うずら豆 123の出汁巻き玉子 ほうれん草と蒸し鶏の和え物 ザーサイ炒め	鶏肉と玉葱の中華みそ煮 高野豆腐と野菜の煮物 さつま芋とりんごのサラダ ブロッコリーのお浸し 若布とシラスの和え物
カリウム426mg / リン115mg 319kcal / 1.2g	カリウム392mg / リン89mg 287kcal / 1.7g	カリウム416mg / リン109mg 294kcal / 1.4g	カリウム370mg / リン125mg 340kcal / 1.7g	カリウム500mg / リン140mg 323kcal / 1.6g	カリウム446mg / リン145mg 341kcal / 1.3g	カリウム377mg / リン138mg 287kcal / 1.7g
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
豚肉の生姜焼き 小松菜のナムル 里芋の味噌煮 ひじき煮	カレーのみぞれがけ 南瓜、オクラ、人参 ビーフン 牛肉と青梗菜のオイスター炒め もやしと赤ピーマンの中華和え	豚肉入り和風春雨 ささげのゴマ和え 切昆布と油揚げのおかか煮 チンゲン菜のお浸し はりはり漬	赤魚のトマト煮 123のコールスローサラダ 青のり入りだし巻玉子 ささがきさんぴらごぼう 白菜漬け	アスパラと牛肉のオイスターソース 123の人参マリネサラダ ミートソーススパゲティ 広島菜漬け	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	チキンボールケチャップ炒め 根菜と大豆の五目煮 豚肉入り甘辛春雨 青菜ピーナッツ和え
カリウム455mg / リン94mg 301kcal / 1.9g	カリウム458mg / リン132mg 297kcal / 1.9g	カリウム471mg / リン114mg 291kcal / 1.6g	カリウム326mg / リン119mg 303kcal / 1.6g	カリウム325mg / リン91mg 307kcal / 1.6g	カリウム408mg / リン113mg 302kcal / 1.8g	カリウム252mg / リン66mg 300kcal / 1.9g
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
ロールキャベツ 長芋のわさび和え 蓮根の胡麻マヨネーズ ニラとしいたけのソテー	白身魚のマヨネーズ炒め うずら豆 肉入り野菜炒め 壬生菜漬け	チキンのトマト煮 うの花 パスタとツナのフレンチサラダ かにかま入り玉子 おかか佃煮	さばの照り焼き かぼちゃのバター風味 春雨の中華和え たけのこの甘辛炒め	海老のオーロラソース ほうれん草と油揚げのお浸し 牛肉のおろし煮 もずく酢	鶏竜田の中華あん 茄子とピーマンの煮浸し 五目揚げ豆腐 わさび菜おひたし あみ佃煮	かぼちゃコロッケ 若布と干し海老の当座煮 豚肉とインゲンの塩だれ炒め 胡瓜の醤油漬け
カリウム471mg / リン107mg 297kcal / 1.6g	カリウム459mg / リン138mg 307kcal / 1.7g	カリウム284mg / リン108mg 309kcal / 1.4g	カリウム447mg / リン145mg 317kcal / 1.8g	カリウム360mg / リン111mg 340kcal / 1.9g	カリウム309mg / リン115mg 320kcal / 1.9g	カリウム337mg / リン84mg 332kcal / 1.6g
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	
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	豚肉と油揚げの炒め煮 おかず豆 ブロッコリーのカニカマあんかけ 五目厚焼玉子 ザーサイ炒め	たらこの唐揚げ野菜あんかけ さつま芋甘煮 マカロニサラダ 小松菜の中華和え	鶏肉と玉葱の中華みそ煮 ペンのカレークリーム キャベツのコンソメ煮 おかか昆布	牛肉の欧風ソース 畑のお肉とキャベツの味噌炒め かぼちゃの田舎煮 かにかま入り玉子 やわらか茎わかめ	豚肉の黒酢炒め ポテトとウインナー ビーフン オクラのおかか和え 白菜漬け	
カリウム461mg / リン128mg 300kcal / 1.5g	カリウム396mg / リン131mg 284kcal / 1.4g	カリウム477mg / リン144mg 304kcal / 1.6g	カリウム291mg / リン123mg 286kcal / 1.8g	カリウム454mg / リン135mg 313kcal / 1.6g	カリウム307mg / リン90mg 302kcal / 1.7g	

【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



※ 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				海老のオーロラソース おかず豆 卵と木耳の彩り炒め カラフルピクルス	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	豚肉と油揚げの炒め煮 焼うどん 大葉入り豆腐団子 ささぎきまんぴらごぼう 高菜ちりめん
				カリウム407mg / リン116mg 284kcal / 1.8g	カリウム463mg / リン131mg 305kcal / 1.8g	カリウム250mg / リン114mg 334kcal / 1.9g
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
ホキの南蛮漬け風 蒸し鶏の胡麻だれ和え じゃが芋土佐煮 かにかま入り玉子 大根としその実の漬物	鶏肉と野菜の中華風味 大根と豚肉の煮物 ささげのお浸し 花斗六豆 切り昆布煮	白身魚の野菜あんかけ 蓮根そぼろ 肉入り野菜炒め あみ佃煮	豚肉のさっぱり胡麻和え ラタトゥイユ うの花 片口いわし浅焼き 広島菜漬け	鶏肉のスイートチリソース くり豆 ジャンボ肉だんご 青菜ピーナツ和え しば漬け	ホキのクリーム煮 めかぶの酢の物 鶏肉と野菜のいなり巻 焼きそば 壬生菜漬け	ハンバーグデミソース スパゲティー、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
カリウム349mg / リン140mg 317kcal / 1.8g	カリウム493mg / リン125mg 295kcal / 1.4g	カリウム321mg / リン119mg 289kcal / 1.8g	カリウム345mg / リン165mg 284kcal / 1.8g	カリウム432mg / リン114mg 340kcal / 1.7g	カリウム322mg / リン123mg 299kcal / 1.9g	カリウム459mg / リン132mg 312kcal / 1.8g
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
かぼちゃコロッケ キャベツのコンソメ煮 ハッシュドビーフ まぐる煮	鶏竜田の中華あん 茄子と挽肉の味噌炒め ブロッコリーとコーンの和え物 春雨のレモン風味 やわらか茎わかめ	牛肉の欧風ソース おくらと湯葉のお浸し 高野豆腐の含め煮 マカロニのクリーム煮 高菜ちりめん	豚肉の黒酢炒め 小豆煮 梅入りささみフライ ほうれん草と油揚げのお浸し 大根の漬物	炒り鶏 里芋の煮っころがし ごぼうと豚肉の柳川風 胡瓜の醤油漬け	豚肉の南蛮漬け がんもと野菜の含め煮 マカロニと果物のサラダ 蒸し鶏胡麻和え 刻みたくあん	カレイのムニエル コロッケ 白菜のコンソメ煮 洋なしのコンポート
カリウム313mg / リン104mg 289kcal / 1.5g	カリウム295mg / リン109mg 286kcal / 1.8g	カリウム343mg / リン152mg 311kcal / 1.7g	カリウム377mg / リン110mg 325kcal / 1.6g	カリウム388mg / リン106mg 284kcal / 1.9g	カリウム262mg / リン98mg 309kcal / 1.8g	カリウム407mg / リン120mg 313kcal / 1.3g
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
鶏竜田の照り焼き 翅のお肉とキャベツの味噌炒め エビチリソース 大根の紫芋酢	豚肉と野菜の生姜醤油 厚揚げといんげんの煮物 マカロニサラダ 鶏つくね 昆布ちりめん	牛肉のすき煮 切干大根の中華和え さつまいもの蜜かけ れんこんの甘酢漬け 胡瓜の生姜漬け	鶏肉と野菜のカレーソース お豆と昆布の煮物 野菜とウインナーの炒め物 オクラのおかか和え	チャブチエ ひじきの煮物 お鮎とひき肉の玉子和え 野菜のマリネ	白身魚のチーズパン粉焼き アスパラの炒め物、人参グラッセ コールスローサラダ 揚げ蓮根の黒酢炒め 桃のコンポート	鶏肉と野菜の中華風味 うぐいす豆 切干大根 チンゲン菜のお浸し 白菜漬け
カリウム355mg / リン132mg 341kcal / 1.9g	カリウム371mg / リン121mg 309kcal / 1.6g	カリウム486mg / リン95mg 303kcal / 1.7g	カリウム439mg / リン138mg 298kcal / 1.7g	カリウム299mg / リン68mg 299kcal / 1.8g	カリウム386mg / リン145mg 296kcal / 1.7g	カリウム438mg / リン108mg 287kcal / 1.1g
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	
白身魚の野菜あんかけ パンプキンサラダ 大葉入り豆腐団子 切昆布と油揚げのおかか煮 広島菜漬け	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	豚肉のかば焼き風 とろとろ玉子 鶏つくねの野菜あん カラフルピクルス	ホキの南蛮漬け風 くり豆 いかフライ ポテトサラダ 壬生菜漬け フライソース	鶏肉の照り焼き ナポリタン、小松菜のコンソメ風 いんげん胡麻和え 野菜の中華炒め 桃のカラフルコンポート	麻婆茄子 豆乳入りしっとり卵の花 鶏肉の玉子とじ 野沢菜漬け	
カリウム477mg / リン125mg 338kcal / 1.9g	カリウム462mg / リン170mg 301kcal / 1.8g	カリウム269mg / リン117mg 294kcal / 1.8g	カリウム344mg / リン122mg 343kcal / 1.4g	カリウム424mg / リン138mg 307kcal / 1.8g	カリウム335mg / リン103mg 320kcal / 1.8g	

【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

