

30日(日)	31日(月)	※ 栄養価表示			1日(土)	
トマトソースハンバーグ ペロンチーノ 厚揚げといんげんの煮物 ツナポテトサラダ 昆布ちりめん 枝豆とコーンの洋風煮	赤魚白醤油風味焼き 花車かまぼこ 牛ごぼう煮 豆ひじき 大根としその実の漬物 モロヘイヤの辛子和え	※ 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			デミグラスソースハンバーグ キャベツ(付合せ) 123の出汁巻き玉子 ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え 切り昆布煮 ささがききんぴらごぼう 300kcal / 3.2g	
330kcal / 3.1g	279kcal / 2.1g				300kcal / 3.2g	
2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
赤魚白醤油風味焼き 花車かまぼこ 茄子と挽肉の味噌炒め マカロニと果物のサラダ 桜でんぶ ツナとほうれん草の和え物	豚キムチ 味ごぼう カリフラワーサラダ 小松菜の胡麻和え しそ昆布 春雨のレモン風味	塩だれチキン ほうれん草コーンバター ポークビーンズ 広島菜漬け 小魚の佃煮	さば煮付け 人参煮 卵と木耳の彩り炒め 野菜のおろし南蛮 しば漬け おくらと湯葉のお浸し	鶏肉のトマトソース 小松菜とツナの煮浸し 厚揚げといんげんの煮物 マカロニサラダ 大根の紫芋酢 くり豆	白身魚フライ 鶏ささみチーズカツ 青梗菜の青海苔入り蒸し ひじきの煮物 刻みたくあん 豚ももチャーシュー タルタルソース・フライソース	ぶり照焼き れんこんの甘酢漬け とりごぼう 里芋の煮っころがし 壬生菜漬け 五目厚焼玉子 342kcal / 1.8g
326kcal / 2.1g	368kcal / 3.5g	334kcal / 2.9g	422kcal / 2.5g	342kcal / 3.0g	374kcal / 3.5g	342kcal / 1.8g
9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
黒毛和牛すき焼き マカロニと卵のサラダ いんげんのベーコン炒め 胡瓜の生姜漬け 野菜のマリネ	さんまの塩焼き 根菜の香味炒め ブロッコリーとコーンの和え物 カラフルピクルス 若布とシラスの和え物	牛肉のオイスターソース 高野豆腐の含め煮 焼うどん 赤しそ大根 モロヘイヤのお浸し	ネギ塩豚ロース焼き ブロッコリーのお浸し ポテトとウインナー 栗野菜の和風ドレッシング仕立て もずく酢 蒸し鶏胡麻和え	スケソウダラ煮付け 華かまぼこ 牛肉とインゲンのうま煮 ジャンボ肉だんご しば漬け ささがききんぴらごぼう	和風おろしソースハンバーグ 枝豆とコーンの洋風煮 ブロッコリーのトマトソース パンプキンサラダ はりはり漬 若布と干し海老の当座煮	牛焼肉 キャベツ(付合せ) いんげんの生姜醤油和え マカロニのクリーム煮 大根の漬物 切昆布と油揚げのおかか煮 348kcal / 2.8g
299kcal / 2.6g	305kcal / 2.6g	341kcal / 3.0g	299kcal / 2.6g	280kcal / 2.6g	295kcal / 3.3g	348kcal / 2.8g
16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
黄金カレイ煮付け オクラのお浸し ゆで豚と玉ねぎの梅しそ風味 おかず豆 まぐろ煮 めかぶの酢の物	酢豚 ほうれん草の干しえび和え 焼ギョーザ スクランブルエッグ(ハム) ザーサイ炒め うぐいす豆	ミルフィーユカツ ブロッコリーのお浸し 123のコールスローサラダ 切干大根 野沢菜漬け 片口いわし浅炊き フライソース	麻婆豆腐 ツナ入り玉子そぼろ ほうれん草と蒸し鶏の和え物 ポテトサラダ 胡瓜の醤油漬け 黒豆	鶏つくね焼き(金平入り) パンネのトマトソース 湯葉入りチンゲン菜 赤しそ大根 イカのマリネ	白糸だらの照焼き 人参煮 豚肉とインゲンの塩だれ炒め お豆と昆布の煮物 しば漬け かにかまサラダ	豚角煮 味付けチンゲン菜 ビーフン カリフラワーとウインナーの煮物 広島菜漬け いんげんのピーナッツ和え 363kcal / 2.0g
307kcal / 2.3g	380kcal / 2.9g	321kcal / 2.9g	278kcal / 2.4g	297kcal / 3.5g	305kcal / 2.4g	363kcal / 2.0g
23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
ヒレカツ 高野豆腐の含め煮 小松菜の和え物 おかか昆布 大豆ちりめん フライソース	ミートオムレツ キャベツと人参の炒め 大葉入り豆腐団子 さつま芋とりんごのサラダ 刻みたくあん おくらと湯葉のお浸し トマトケチャップ	ぶり照焼き 華かまぼこ 筑前煮 ほうれん草コーンバター やわらか茎わかめ ツナサラダ	豚肉炙り焼き キャベツ(付合せ) 茄子とピーマンの煮浸し しゅうまい 高菜ちりめん かにかま入り玉子	麻婆茄子 浸し豆 焼ギョーザ 豆乳入りしっとり卵の花 白菜漬け 若布と干し海老の当座煮	ごちそうえびフライ キャベツとウインナーの洋風煮 パンネのカレークリーム 胡瓜の生姜漬け うずら豆 タルタルソース	塩だれチキン カリフラワーサラダ 蓮根そぼろ あみ佃煮 わさび菜おひたし 337kcal / 2.3g
365kcal / 2.6g	289kcal / 2.4g	318kcal / 2.3g	328kcal / 2.9g	288kcal / 3.0g	404kcal / 2.3g	337kcal / 2.3g

【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



30日(日)	31日(月)	※ 栄養価表示					1日(土)
牛焼肉 山菜とちくわの炊き合わせ 厚焼き玉子(関東風) 切干大根 胡瓜の醤油漬け オクラのおかか和え	麻婆豆腐 ほうれん草の干しえび和え パスタとツナのフレンチサラダ スクランブルエッグ(ハム) もずく酢 蒸し鶏胡麻和え	※ 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					牛焼肉 蓮根そばろ ジャーマンポテト 123のコールスローサラダ おかか佃煮 モロヘイヤの辛子和え
341kcal / 2.9g	330kcal / 2.5g						341kcal / 2.3g
2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	
九州産黒豚のメンチカツ いんげんの生姜醤油和え キャベツとヤングコーンの炒め物 しゅうまい はりはり漬 若布と干し海老の当座煮 フライソース	スケソウダラ煮付け 花形人参 チンジャオロース ポテトとたらこのマヨ和え 大根の漬物 黒豆	麻婆豆腐 ツナ入り玉子そばろ キャベツとカニカマのサラダ 焼きそば もずく酢 いんげんのピーナッツ和え	豚肉ときのこの生姜醤油炒め ブロッコリーのお浸し ゆず入り芋きんとん ほうれん草と蒸し鶏の和え物 昆布の山椒風味 枝豆とコーンの洋風煮	白糸だらの照焼き オクラのお浸し 牛肉のおろし煮 スクランブルエッグ(人参) 高菜ちりめん めかぶの酢の物	ミートオムレツ いんげん 回鍋肉 カリフラワーとウィンナーの煮物 胡瓜の醤油漬け ツナマヨコーン トマトケチャップ	仙台味噌仕立ての豚焼き肉 浸し豆 山菜とちくわの炊き合わせ ミートソーススパゲティ やわらか茎わかめ ほうれん草のごま和え	
313kcal / 3.0g	286kcal / 1.8g	282kcal / 2.8g	305kcal / 2.9g	292kcal / 2.2g	279kcal / 2.7g	365kcal / 3.2g	
9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	
トマトソースハンバーグ キャベツと人参の炒め 茄子とピーマンの煮浸し 湯葉入りチンゲン菜 しそ昆布 うずら豆	豚肉炙り焼き ちんげん菜とちくわの胡麻和え 野菜とウィンナーの炒め物 お豆と昆布の煮物 野沢菜漬け ローストチキンほぐし身	こだわりもも唐揚げ 花野菜のポトフ 小松菜の和え物 白菜漬け かにかまサラダ おろしポン酢	麻婆茄子 中華春雨 ビッグエビのセシューマイ ニラ入り玉子 広島菜漬け 小豆煮	豚ロース肉の生姜焼き 青菜ピーナッツ和え キャベツとウィンナーの洋風煮 豆ひじき ゆず大根 ツナサラダ	あじみりん焼き 人参煮 豚肉と木耳の炒り卵 蓮根そばろ 壬生菜漬け 花斗六豆	エビフライ いかフライ 蓮根練り胡麻ドレッシング ほうれん草と人参の煮浸し 小魚の山椒風味 おくらと湯葉のお浸し タルタルソース・フライソース	
312kcal / 3.5g	335kcal / 3.0g	437kcal / 3.4g	282kcal / 2.8g	306kcal / 2.4g	296kcal / 1.8g	400kcal / 2.3g	
16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	
塩だれチキン 小松菜とじゃこのお浸し うの花 刻みたくあん 春雨のレモン風味	赤魚白醤油風味焼き れんごんの甘酢漬け 豚肉の黒胡椒焼き ジャーマンポテト 桜でんぶ わさび菜おひたし	豚キムチ いんげん 揚げ茄子の生姜醤油あんかけ マカロニと卵のサラダ あみ佃煮 根菜と大豆の五目煮	さば煮付け 花形人参 きのこ入金平牛蒡炒め 小松菜の胡麻和え 大根としその実の漬物 若布とシラスの和え物	牛肉のオイスターソース 花野菜のポトフ さつま芋煮 切り昆布煮 豚ももチャーシュー	鶏肉のトマトソース ツイストマカロニ キャベツとヤングコーンの炒め物 ほうれん草と油揚げのお浸し 白菜漬け 五目厚焼玉子	さんまの塩焼き 葉野菜の和風ドレッシング仕立て かぼちゃの田舎煮 胡瓜の生姜漬け 小豆煮	
302kcal / 2.6g	327kcal / 2.1g	413kcal / 3.4g	426kcal / 2.9g	337kcal / 2.3g	305kcal / 3.2g	345kcal / 2.3g	
23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	
豚肉ときのこの生姜醤油炒め ブロッコリーとコーンの和え物 スクランブルエッグ(人参) ひじきの煮物 大根の紫芋酢 ささがききんぴらごぼう	鶏肉のカレークリーム いんげんのベーコン炒め 野菜と豚肉の炊き合わせ マカロニのクリーム煮 野沢菜漬け 123の人参マリネサラダ	デミグラスソースハンバーグ ブロッコリーのお浸し 根菜の香味炒め 厚揚げのきのこあんかけ 大根の漬物 うぐいす豆	カレーの唐揚げ ちんげん菜とちくわの胡麻和え 牛肉のおろし煮 里芋の煮ころがし 昆布の山椒風味 野菜のマリネ	仙台味噌仕立ての豚焼き肉 いんげん きのこ入金平牛蒡炒め とろとろ玉子 カラフルピクルス ツナとほうれん草の和え物	さば塩焼き オクラのお浸し じゃが芋と人参の煮物 野菜のおろし南蛮 広島菜漬け 切昆布と油揚げのおかか煮	酢豚 春雨サラダ ビッグエビのセシューマイ ささげのお浸し まぐろ煮 くり豆	
324kcal / 3.2g	429kcal / 3.0g	298kcal / 3.2g	317kcal / 2.5g	359kcal / 3.1g	438kcal / 2.4g	315kcal / 3.2g	

【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

