

| ※ 栄養価表示 | | | | | | 1日(金) | 2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 | | | | | | 鶏肉のトマトソース キャベツと人参の炒め 厚焼き玉子(関東風) 小松菜の和え物 大根としその実の漬物 ささがききんぴらごぼう | さんまの塩焼き チンジャオロース ペンネのカレークリーム おほかひ煮 ツナとほうれん草の和え物 | | | | | | |
| 3日(日) | 4日(月) | 5日(火) | 6日(水) | 7日(木) | 8日(金) | 9日(土) | | | | | | | |
| 仙台味噌仕立ての豚焼き肉 ほうれん草の干しえび和え ちくわの炒り煮 ささげのお浸し もずく酢 花斗六豆 | 麻婆豆腐 ブロッコリーのお浸し 焼きそば 豆ひじき 野沢菜漬け かにかま入り玉子 | 白身魚ひと口竜田 浸し豆 じゃが芋と人参の煮物 豆乳入りしっとり卵の花 赤しそ大根 若布と干し海老の当座煮 貝入り甘酢あん(きのこ) | 豚ロース肉の生姜焼き 青菜ピーナツつ和え 山菜とちくわの炊き合わせ しゅうまい 高菜ちりめん くり豆 | 牛焼肉 きのこ入金平牛蒡炒め キャベツとカニカマのサラダ かぼちゃの田舎煮 昆布の山椒風味 蒸し鶏胡麻和え | トマトソースハンバーグ 薬野菜の和風ドレッシング仕立て ツナ入り玉子そばろ ビーフン 広島菜漬け 片口いわし浅炊き | 豚肉ときのこの生姜醤油炒め おくらと湯葉のお浸し マカロニのクリーム煮 ほうれん草コーンバター 切り昆布煮 黒豆 | 323kcal / 3.4g | 387kcal / 2.2g | | | | | |
| 10日(日) | 11日(月) | 12日(火) | 13日(水) | 14日(木) | 15日(金) | 16日(土) | | | | | | | |
| こだわりもも唐揚げ 根菜の香味炒め 枝豆と魚すり身刺子(豆乳入り) しば漬け 若布とシラスの和え物 おろしポン酢 | 豚肉炙り焼き ちんげん菜とちくわの胡麻和え 卵と木耳の彩り炒め マカロニサラダ 白菜漬け オクラのおかか和え | 鶏つくね焼き(金平入り) さつま芋煮 いんげんのベーコン炒め しそ昆布 わさび菜おひたし | さわら塩焼 味ごぼう 豚肉の黒胡椒焼き 湯葉入りチンゲン菜 おほかひ煮 野菜のマリネ | ネギ塩豚ロース焼き キャベツと人参の炒め 小松菜とじゃこのお浸し 焼うどん まぐろ煮 くり豆 | 牛肉のオイスターソース 揚げ茄子の生姜醤油あんかけ お豆と昆布の煮物 壬生菜漬け かにかまサラダ | 鶏肉のトマトソース ツイストマカロニ 厚焼き玉子(関東風) 小松菜の胡麻和え はりはり漬 ツナマヨコーン | 437kcal / 3.4g | 306kcal / 3.2g | 298kcal / 3.3g | 370kcal / 2.2g | 297kcal / 2.6g | 385kcal / 2.9g | 385kcal / 3.2g |
| 17日(日) | 18日(月) | 19日(火) | 20日(水) | 21日(木) | 22日(金) | 23日(土) | | | | | | | |
| 黄金カレイ煮付け オクラのお浸し 牛ごぼう煮 ゆず入り芋きんとん ザーサイ炒め めかぶの酢の物 | デミグラスソースハンバーグ ささげのお浸し 123のコールスローサラダ 野菜のおろし南蛮 胡瓜の生姜漬け 小魚の佃煮 | 鶏肉のカレークリーム いんげん ブロッコリーのカニカマあんかけ スクランブルエッグ(ハム) 大根の紫芋酢 うぐいす豆 | ミルフィーユカツ ペペロンチーノ キャベツとヤングコーンの炒め物 パンプキンサラダ 昆布ちりめん モロヘイヤの辛子和え フライソース | 赤魚白醤油風味焼き ふきの含め煮 ビーフン ポークビーンズ 野沢菜漬け ツナサラダ | 豚キムチ 中華春雨 茄子とピーマンの煮浸し とろとろ玉子 おほか昆布 枝豆とコーンの洋風煮 | 黒毛和牛すき焼き ビッグエビのせシューマイ さつま芋とりんごのサラダ 大根としその実の漬物 ほうれん草のごま和え | 292kcal / 2.4g | 290kcal / 3.5g | 438kcal / 2.5g | 330kcal / 3.2g | 287kcal / 1.9g | 376kcal / 3.3g | 314kcal / 2.9g |
| 24日(日) | 25日(月) | 26日(火) | 27日(水) | 28日(木) | | | | | | | | | |
| 酢豚 ニラ入り玉子 いんげんの生姜醤油和え ペンネのカレークリーム 切り昆布煮 大豆ちりめん | 塩だれチキン 花野菜のポトフ 切干大根 あみ佃煮 ささがききんぴらごぼう | あじみりん焼き オクラのお浸し 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 里芋の煮ころがし やわらか茎わかめ 蒸し鶏胡麻和え | トマトソースハンバーグ キャベツと人参の炒め ポテトサラダ 蓮根そばろ しば漬け ツナとほうれん草の和え物 | ヒレカツ なます ブロッコリーとコーンの和え物 小魚の山椒風味 かにかま入り玉子 フライソース | | | 293kcal / 3.2g | 323kcal / 2.3g | 284kcal / 2.0g | 318kcal / 3.4g | 308kcal / 2.5g | | |

【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(金) | 2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 | | | | | | 和風おろしソースハンバーグ ブロッコリーとコーンの和え物 マカロニと果物のサラダ 厚揚げのきのこあんかけ 白菜漬け 若布とシラスの和え物 | 牛肉のオイスターソース キャベツとヤングコーンの炒め物 とろとろ玉子 やわらか莖わかめ わさび菜おひたし |
| 3日(日) | 4日(月) | 5日(火) | 6日(水) | 7日(木) | 8日(金) | 9日(土) | |
| 赤魚白醤油風味焼き オクラのお浸し 牛ごぼう煮 123のコールスローサラダ カラフルピクルス 小魚の佃煮 | 豚肉炙り焼き キャベツ(付合せ) 高野豆腐の含め煮 ゆず入り芋きんとん おかか昆布 モロヘイヤの辛子和え | 鶏肉のカレークリーム ペペロンチーノ カリフラワーサラダ ほうれん草と油揚げのお浸し まぐろ煮 イカのマリネ | スケソウダラ煮付け いんげん 茄子と挽肉の味噌炒め スクランブルエッグ(人参) ザーサイ炒め 豚ももチャーシュー | ごちそうえびフライ 花野菜のポトフ ひじきの煮物 あみ佃煮 枝豆とコーンの洋風煮 タルタルソース | 塩だれチキン 野菜とウインナーの炒め物 ポテトとたらこのマヨ和え 胡瓜の生姜漬け 小豆煮 | あじみりん焼き 人参煮 大葉入り豆腐団子 切干大根 壬生菜漬け 五目厚焼玉子 | |
| 283kcal / 2.1g | 324kcal / 2.8g | 429kcal / 2.8g | 324kcal / 2.4g | 313kcal / 2.5g | 419kcal / 2.4g | 279kcal / 1.9g | |
| 10日(日) | 11日(月) | 12日(火) | 13日(水) | 14日(木) | 15日(金) | 16日(土) | |
| ミートオムレツ 小松菜とツナの煮浸し 牛肉とインゲンのうま煮 さつま芋とりんごのサラダ 刻みたくあん 根菜と大豆の五目煮 トマトケチャップ 303kcal / 2.7g | さば煮付け ふきの含め煮 123の出汁巻き玉子 ほうれん草と蒸し鶏の和え物 桜でんぶ めかぶの酢の物 421kcal / 2.1g | 酢豚 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 蓮根そぼろ 大根の漬物 うずら豆 318kcal / 3.0g | 麻婆茄子 春雨サラダ ビッグエビのセシューマイ ツナポテトサラダ 小魚の山椒風味 いんげんのピーナッツ和え 282kcal / 2.7g | 和風おろしソースハンバーグ カリフラワーの洋風煮 高野豆腐の含め煮 こら入り玉子 もずく酢 ほうれん草のごま和え 302kcal / 3.6g | さんまの塩焼き とりごぼう マカロニと果物のサラダ 赤しそ大根 おくらと湯葉のお浸し 380kcal / 2.6g | 豚角煮 味付けチンゲン菜 山菜とちくわの炊き合わせ カリフラワーとウインナーの煮物 しば漬け 若布と干し海老の当座煮 290kcal / 2.5g | |
| 17日(日) | 18日(月) | 19日(火) | 20日(水) | 21日(木) | 22日(金) | 23日(土) | |
| 春巻 エビチリソース ブロッコリーとコーンの和え物 おかず豆 高菜ちりめん かにかま入り玉子 393kcal / 2.7g | 豚ロース肉の生姜焼き 浸し豆 ポテトとウインナー 葉野菜の和風ドレッシング仕立て しそ昆布 春雨のレモン風味 299kcal / 2.8g | スケソウダラ煮付け 人参煮 ゆで豚と玉ねぎの梅しそ風味 ミートソーススパゲティ あみ佃煮 オクラのおかか和え 292kcal / 2.3g | 仙台味噌仕立ての豚焼き肉 おくらとひじきの和え物 カリフラワーサラダ ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え 胡瓜の醤油漬け 花斗六豆 379kcal / 3.0g | 麻婆豆腐 ブロッコリーのお浸し キャベツとカニカマのサラダ ジャンボ肉だんご 白菜漬け わさび菜おひたし 278kcal / 2.8g | カレーの唐揚げ 湯葉入りチンゲン菜 豚肉の黒胡椒焼き うの花 刻みたくあん 若布とシラスの和え物 330kcal / 2.7g | ミートオムレツ カラフルピクルス 野菜とウインナーの炒め物 焼きそば 広島菜漬け 黒豆 トマトケチャップ 317kcal / 2.8g | |
| 24日(日) | 25日(月) | 26日(火) | 27日(水) | 28日(木) | | | |
| さわら塩焼 花形人参 茄子と挽肉の味噌炒め 小松菜の和え物 赤しそ大根 若布と干し海老の当座煮 304kcal / 2.6g | 牛焼肉 キャベツ(付合せ) 根菜の香味炒め ジャーマンポテト ザーサイ炒め モロヘイヤのお浸し 305kcal / 2.5g | 豚肉ときのこの生姜醤油炒め 青菜ピーナッツ和え ちくわの炒り煮 マカロニと卵のサラダ 壬生菜漬け くり豆 325kcal / 2.9g | ぶり照焼き 華かまぼこ 野菜と豚肉の炊き合わせ さつま芋煮 大根の漬物 根菜と大豆の五目煮 346kcal / 2.1g | 鶏肉のカレークリーム ペペロンチーノ キャベツのコンソメ煮 ささげのお浸し はりはり漬 めかぶの酢の物 368kcal / 2.9g | | | |

【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

