

2019年5月



たんぱく・塩分調整食
風食

※ 栄養価表示		1日(水)	2日(木)	3日(金)	4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		あじの甘酢漬け さつまいものグラッセ 茄子の甘味噌炒め チンゲン菜の中華煮	鶏肉の照り焼き <small>ナポリタン、小松菜のコンソメ風</small> 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	豚肉胡麻酢和え スクランブルエッグ (人参) キャベツとウインナーの洋風煮 野沢菜漬け	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	
		カリウム500mg / リン140mg 323kcal / 1.6g	カリウム424mg / リン138mg 307kcal / 1.8g	カリウム334mg / リン137mg 335kcal / 1.7g	カリウム447mg / リン145mg 317kcal / 1.8g	
5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
鶏肉と野菜のカレーソース 若布と干し海老の当座煮 パスタとツナのフレンチサラダ 小魚の山椒風味	揚げ出し豆腐と肉団子の煮物 切干大根 畑のお肉の旨煮 味付いんげん うずら豆	鶏肉のスイートチリソース おかず豆 <small>ちくわの輪切揚げ(豆乳入り)</small> ツナとほうれん草の和え物 しば漬け	麻婆茄子 ささがききんぴらごぼう 豆腐の中華あん 刻みたくあん	豚肉とキャベツの炒め煮 枝豆とコーンの洋風煮 青のり入りだし巻玉子 小松菜の和え物 はりはり漬	アスパラと牛肉のオイスターソース いんげんのピーナッツ和え ミートソーススパゲティ おかか佃煮	鶏肉と野菜の中華風味 うぐいす豆 うの花 ブロccoliのお浸し もずく酢
カリウム358mg / リン129mg 295kcal / 1.4g	カリウム491mg / リン111mg 291kcal / 1.5g	カリウム448mg / リン132mg 304kcal / 1.7g	カリウム334mg / リン96mg 307kcal / 1.9g	カリウム379mg / リン128mg 301kcal / 1.5g	カリウム359mg / リン112mg 321kcal / 1.3g	カリウム302mg / リン105mg 286kcal / 1.2g
12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
ホキの南蛮漬け風 かぼちゃの田舎煮 鶏肉の玉子とじ チンゲン菜のお浸し	豚肉の辛みそ炒め おくらのおかか和え マカロニサラダ 胡瓜漬け	鶏唐揚げの黒酢あんかけ チンゲン菜のきのこ和え いかと大根の煮物 かぼちゃサラダ	豆腐ハンバーグ たけのこきんぴら コールスローサラダ さつまいものリンゴ煮	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	チャプチエ おかず豆 キャベツのコンソメ煮 おくらと湯葉のお浸し	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
カリウム346mg / リン115mg 290kcal / 1.6g	カリウム210mg / リン88mg 314kcal / 1.6g	カリウム484mg / リン124mg 299kcal / 1.7g	カリウム412mg / リン125mg 296kcal / 1.8g	カリウム408mg / リン113mg 302kcal / 1.8g	カリウム419mg / リン126mg 317kcal / 1.4g	カリウム426mg / リン115mg 319kcal / 1.2g
19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
白身魚のマヨネーズ炒め ペペロンチーノ 肉入り野菜炒め あみ佃煮	麻婆豆腐 おさつサラダ れんこんの黒酢炒め 胡瓜の胡麻和え	豚ごぼう 若竹煮 野菜とウインナーの炒め物 鶏ささみチーズカツ 白菜漬け フライソース	鶏肉と玉葱の中華みそ煮 くり豆 ブロccoliのカニカマあんかけ ジャーマンポテト もずく酢	赤魚の揚げ煮 <small>里芋、人参、たまねぎ、ほうれん草</small> かぼちゃの天ぷら いんげんのツナ和え 煮りんご	豚肉とじゃが芋の煮物 茄子と挽肉の味噌炒め <small>ほうれん草と油揚げのお浸し</small> 味ごぼう 野菜のマリネ	炒り鶏 豚肉と筍の旨煮 ポテトとウインナー 花斗六豆 大根の紫芋酢
カリウム268mg / リン106mg 293kcal / 1.9g	カリウム500mg / リン156mg 310kcal / 1.6g	カリウム257mg / リン123mg 288kcal / 1.9g	カリウム367mg / リン108mg 285kcal / 1.5g	カリウム411mg / リン123mg 296kcal / 1.4g	カリウム467mg / リン102mg 314kcal / 1.7g	カリウム412mg / リン119mg 294kcal / 1.7g
26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	
豚肉入り和風春雨 お豆と昆布の煮物 とりごぼう モロヘイヤのお浸し	白身魚の野菜あんかけ かにかま入り玉子 ツナの梅風味パスタ 大根の漬物	鶏肉と野菜のカレーソース 小松菜の胡麻和え 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 春雨のレモン風味 やわらか茎わかめ	豚肉の生姜焼き 小松菜のナムル 里芋の味噌煮 ひじき煮	白身魚のチーズパン粉焼き <small>アスパラの炒め物、人参グラッセ</small> 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	鶏竜田の中華あん うぐいす豆 焼うどん 厚焼き玉子 (関東風) ザーサイ炒め	
カリウム412mg / リン141mg 320kcal / 1.8g	カリウム243mg / リン108mg 308kcal / 1.6g	カリウム396mg / リン121mg 289kcal / 1.7g	カリウム455mg / リン94mg 301kcal / 1.9g	カリウム386mg / リン145mg 296kcal / 1.7g	カリウム319mg / リン130mg 309kcal / 1.4g	

【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



2019年5月



たんぱく・塩分調整食
夕食

※ 栄養価表示		1日(水)	2日(木)	3日(金)	4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>豚肉のバターしょうゆ 高野豆腐の含め煮 マカロニと卵のサラダ 味噌ごぼろ おくらのおかか和え</p> <p>カリウム287mg / リン133mg 321kcal / 1.8g</p>	<p>牛肉のすき煮 肉入り野菜炒め チキンミートローフ ブロッコリーとコーンの和え物 胡瓜漬け トッピングソース (トマト)</p> <p>カリウム277mg / リン115mg 286kcal / 1.9g</p>	<p>南瓜と鶏肉の揚げ煮 かにかまサラダ ツナの梅風味パスタ ザーサイ炒め</p> <p>カリウム335mg / リン97mg 323kcal / 1.9g</p>	<p>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</p> <p>カリウム441mg / リン100mg 296kcal / 1.6g</p>	
5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
<p>チャブチ ほうれん草と油揚げのお浸し 蒸し鶏胡麻和え れんこんの甘酢漬け 赤しそ大根</p> <p>カリウム384mg / リン113mg 312kcal / 1.5g</p>	<p>ホキのクリーム煮 コールスローサラダ お鮓とひき肉の玉子和え おくらと湯葉のお浸し</p> <p>カリウム286mg / リン97mg 285kcal / 1.7g</p>	<p>豚肉と野菜の生姜醤油 ゆず入り芋きんとん 厚揚げといんげんの煮物 大根の漬物</p> <p>カリウム386mg / リン104mg 295kcal / 1.7g</p>	<p>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</p> <p>カリウム458mg / リン132mg 297kcal / 1.9g</p>	<p>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</p> <p>カリウム462mg / リン170mg 301kcal / 1.8g</p>	<p>赤魚のトマト煮 ごぼろと豚肉の柳川風 キャベツと人参の炒め 枝豆とゆず身同子 (豆乳入り) 若布とシラスの和え物</p> <p>カリウム389mg / リン111mg 292kcal / 1.7g</p>	<p>ポーカカレー 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</p> <p>カリウム400mg / リン121mg 311kcal / 1.6g</p>
12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
<p>チキンボールケチャップ炒め ブロッコリーのかにかまあんかけ 焼うどん 花斗六豆 カラフルピクルス</p> <p>カリウム318mg / リン86mg 292kcal / 1.5g</p>	<p>白身魚の野菜あんかけ 湯葉入りチンゲン菜 エビチリソース 大根としその実の漬物</p> <p>カリウム353mg / リン116mg 287kcal / 1.8g</p>	<p>豚肉と白菜の豆板醤炒め ツナサラダ 豆乳入りしっとり卵の花 厚焼き玉子 (関東風) 高菜ちりめん</p> <p>カリウム330mg / リン132mg 340kcal / 1.5g</p>	<p>鶏竜田の中華あん ポテトとウインナー 蓮根そぼろ 青菜ピーナッツ和え 野菜のマリネ</p> <p>カリウム348mg / リン124mg 285kcal / 1.8g</p>	<p>牛肉の欧風ソース さつま揚げと野菜の煮物 桜えび入り和風パスタ かにかま入り玉子 広島菜漬け</p> <p>カリウム297mg / リン98mg 286kcal / 1.8g</p>	<p>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</p> <p>カリウム471mg / リン107mg 297kcal / 1.6g</p>	<p>豚肉の南蛮漬け うずら豆 ほうれん草コーンバター カレーココック 大根の漬物 フライソース</p> <p>カリウム451mg / リン114mg 330kcal / 1.5g</p>
19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
<p>鶏竜田の照り焼き イカのマリネ 畑のお肉の旨煮 ささげのお浸し おかか昆布</p> <p>カリウム462mg / リン159mg 286kcal / 1.8g</p>	<p>野菜と肉団子のクリーム煮 ささがききんぴらごぼろ 豚肉と木耳の炒り卵 ザーサイ炒め</p> <p>カリウム407mg / リン124mg 321kcal / 1.5g</p>	<p>海老のオーロラソース 黒豆 豚肉入り甘辛春雨 赤しそ大根</p> <p>カリウム389mg / リン122mg 340kcal / 1.7g</p>	<p>豚肉の黒酢炒め 切干大根 123の出汁巻き玉子 ほうれん草のごま和え 焼刻み穴子</p> <p>カリウム431mg / リン139mg 295kcal / 1.5g</p>	<p>ハンバーグデミソース スパゲティ、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</p> <p>カリウム459mg / リン132mg 312kcal / 1.8g</p>	<p>ホキの南蛮漬け風 大豆ちりめん 卵と木耳の彩り炒め 広島菜漬け</p> <p>カリウム362mg / リン137mg 292kcal / 1.9g</p>	<p>かぼちゃココック ブロッコリーのトマトソース さんま塩焼き 菜の花とかにかま卵和え 切り昆布煮</p> <p>カリウム387mg / リン114mg 289kcal / 1.5g</p>
26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	
<p>鶏肉のスイートチリソース マカロニと果物のサラダ 高野豆腐の含め煮 わさび菜おひたし 桜でんぶ</p> <p>カリウム342mg / リン126mg 288kcal / 1.8g</p>	<p>豚肉のバターしょうゆ いんげんのベーコン炒め 五目揚げ豆腐 チンゲン菜のお浸し 123の人参マリネサラダ</p> <p>カリウム361mg / リン106mg 319kcal / 1.5g</p>	<p>さばの塩焼き 和風くずきり 炊き合わせ ぜんまいの煮物</p> <p>カリウム392mg / リン142mg 304kcal / 1.5g</p>	<p>チキンのトマト煮 ポテトサラダ 豆腐の中華あん 刻みたくあん</p> <p>カリウム318mg / リン84mg 290kcal / 1.6g</p>	<p>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</p> <p>カリウム461mg / リン128mg 300kcal / 1.5g</p>	<p>ホキのクリーム煮 ささげのゴマ和え 肉入り野菜炒め あみ佃煮</p> <p>カリウム345mg / リン129mg 288kcal / 1.9g</p>	

【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

