

2019年5月



普通食
食食

※ 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		厚揚げとそぼろの彩り炒め 里芋の煮っころがし 蒸し鶏の胡麻だれ和え 若布とシラスの和え物 大根の紫芋酢	さわら塩焼 人参煮 菜の花の辛子和え 揚げ茄子の生姜醤油あんかけ 野菜のマリネ あみ佃煮	ハッシュビーフ 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 片口いわし浅炊き 野沢菜漬け	ながめぼろ白醤油風味焼き 花車かまぼこ ささげのお浸し チキンボールのトマトソース 黒豆 大根としその実の漬物	
○○kcal / ○.○g		187kcal / 1.8g	187kcal / 1.9g	232kcal / 2.0g	182kcal / 1.7g	
5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
鶏肉のチーズクリームソース ジャーマンポテト パスタとツナのフレンチサラダ 若布と干し海老の当座煮 小魚の山椒風味	ぶり煮付け 味付いんげん 切干大根 畑のお肉の旨煮 うずら豆 広島菜漬け	ふんわりカニ玉 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	いわしかつお節煮 オクラのお浸し ひじきの煮物 豆腐の中華あん ささがききんぴらごぼう 刻みたくあん	豚焼肉の味噌仕立て 小松菜の和え物 青のり入りだし巻玉子 枝豆とコーンの洋風煮 はりはり漬	白身魚フライ ミートソースパゲティ 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 いんげんのピーナッツ和え おかか佃煮 タルタルソース	ふんわり豆腐ハンバーグ ブロッコリーのお浸し うの花 じゃが芋と人参の煮物 うぐいす豆 もずく酢
231kcal / 1.8g	236kcal / 1.4g	210kcal / 2.6g	187kcal / 2.2g	276kcal / 1.8g	280kcal / 1.6g	239kcal / 2.3g
12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
銀ひらす塩焼 チンゲン菜のお浸し かぼちゃの田舎煮 鶏肉の玉子とじ 123の人参マリネサラダ しそ昆布	炭火焼き鳥 マカロニサラダ 高野豆腐の含め煮 おくらのおかか和え 胡瓜漬け	三陸産サンマの生姜煮 味付いんげん <small>ほうれん草と人参の煮浸し</small> ブロッコリーのトマトソース ローストチキンほくし身 大根の紫芋酢	若鶏から揚げ ナポリタン とろとろ玉子 肉団子のカレー煮 わさび菜おひたし 切り昆布煮	黄金カレイ煮付け 花形人参 さつま芋煮 厚揚げのそぼろあん モロヘイヤの辛子和え 刻みたくあん	酢豚 おかず豆 キャベツのコンソメ煮 おくらと湯葉のお浸し まぐろ煮	赤魚金山寺味噌焼き れんこんの甘酢漬け マカロニと卵のサラダ ラタトゥイユ 若布と干し海老の当座煮 野沢菜漬け
164kcal / 1.7g	233kcal / 2.1g	202kcal / 1.9g	233kcal / 2.2g	154kcal / 1.7g	186kcal / 1.8g	185kcal / 1.8g
19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
和風おろしソースハンバーグ ペペロンチーノ ふきと油揚げの田舎煮 肉入り野菜炒め ツナマヨコーン あみ佃煮	さば塩焼き オクラのお浸し <small>ほうれん草と蒸し鶏の和え物</small> 厚揚げといんげんの煮物 めかぶの酢の物 はりはり漬	鶏ささみチーズカツ 若竹煮 <small>野菜とウインナーの炒め物</small> 五目厚焼玉子 白菜漬け フライソース	あじみりん焼き 人参煮 ジャーマンポテト <small>ブロッコリーのカニカマあんかけ</small> くり豆 もずく酢	具入りオムレツ 焼きそば 大葉入り豆腐団子 小魚の佃煮 胡瓜の生姜漬け トッピングソース(トマト)	メバル煮付け 味ごぼう <small>ほうれん草と油揚げのお浸し</small> 茄子と挽肉の味噌炒め 野菜のマリネ 昆布の山椒風味	豚肉と筍の旨煮 ジャンボ肉だんご ポテトとウインナー 花斗六豆 大根の紫芋酢
229kcal / 2.4g	222kcal / 1.7g	213kcal / 2.1g	164kcal / 1.2g	231kcal / 2.6g	187kcal / 2.0g	251kcal / 2.0g
26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	
えびカツ お豆と昆布の煮物 とりごぼう モロヘイヤのお浸し しば漬け フライソース	肉じゃが ツナの梅風味パスタ <small>野菜と蒸し鶏のカレーソース</small> かにかま入り玉子 大根の漬物	白糸だらの照焼き 華かまぼこ 小松菜の胡麻和え <small>畑のお肉とキャベツの味噌炒め</small> 春雨のレモン風味 やわらか莖わかめ	但馬牛のすき煮 豆乳入りしつとり卵の花 五目厚焼玉子 ブロッコリーとコーンの和え物 うずら豆 白菜漬け	サーモンバーグ キャベツと人参の炒め ポークビーンズ 鶏肉のクリーム煮 おくらと湯葉のお浸し 赤しそ大根	鶏肉ねぎ塩ダレ 焼うどん <small>厚焼玉子(関東風)</small> うぐいす豆 ザーサイ炒め	
250kcal / 1.9g	217kcal / 2.0g	156kcal / 2.1g	224kcal / 1.8g	223kcal / 2.3g	284kcal / 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



2019年5月



普通食
夕食

※ 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	〇〇kcal / 〇.〇g	銀ひらす照焼き 味ごぼろ マカロニと卵のサラダ 高野豆腐の含め煮 おくらのおかか和え 昆布の山椒風味	チキンミートローフ ブロッコリーとコーンの和え物 肉入り野菜炒め 大豆ちりめん 胡瓜漬け トッピングソース (トマト)	八宝菜 ツナの梅風味パスタ とりごぼろ かにかまサラダ ザーサイ炒め	豚ロース焼きの生姜風味 葉野菜の和風ドレッシング仕立て がんと野菜の含め煮 五目厚焼玉子 昆布ちりめん	
	220kcal / 2.1g	182kcal / 2.1g	199kcal / 2.2g	182kcal / 2.4g		
5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
さば田楽味噌焼 れんこんの甘酢漬け ほうれん草と油揚げのお浸し ラタトゥイユ 蒸し鶏胡麻和え 赤しそ大根	大葉香るささみカツ コールスローサラダ お鮎とひき肉の玉子和え おくらと湯葉のお浸し 白菜漬け フライソース	あじ塩焼き 花形人参 ゆず入り芋きんとん 厚揚げといんげんの煮物 鶏レバー煮 大根の漬物	トマトソースハンバーグ ペペロンチーノ カリフラワーとウイナーの煮物 鶏肉のクリーム煮 モロヘイヤの辛子和え やわらか莖わかめ	ホッケみりん焼き 華かまぼこ ほっこりじゃが芋の煮ごぼろ 高野豆腐と野菜の煮物 めかぶの酢の物 野沢菜漬け	若鶏の塩焼き キャベツと人参の炒め 枝豆と魚卵の卵かけ(個別入り) ごぼろと豚肉の柳川風 若布とシラスの和え物 胡瓜の生姜漬け	スケソウダラ煮付け 人参煮 ポークビーンズ 畑のお肉とキャベツの味噌炒め ほうれん草のごま和え あみ佃煮
281kcal / 1.5g	275kcal / 1.8g	188kcal / 2.0g	222kcal / 2.2g	162kcal / 2.3g	189kcal / 1.8g	165kcal / 1.9g
12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
豚ヒレかつ 焼うどん ブロッコリーのカニカマあんかけ 花斗六豆 カラフルピクルス フライソース	エビチリソース 湯葉入りチンゲン菜 鶏肉と野菜のいなり巻 小魚の佃煮 大根としその実の漬物	牛肉と里芋の田舎煮 豆乳入りしっとり卵の花 厚揚げ玉子 (関東風) ツナサラダ 高菜ちりめん	メバル塩焼き 青菜ピーナッツ和え 蓮根そぼろ ポテトとウイナー 野菜のマリネ 白菜漬け	鶏の照り焼き 桜えび入り和風パスタ さつま揚げと野菜の煮物 かにかま入り玉子 広島菜漬け	ぶり大根 しゅうまい 白菜と青菜のそぼろあんかけ 切昆布と油揚げのおかか煮 しば漬け	カレーコロッケ ほうれん草コーンバター 筑前煮 うずら豆 大根の漬物 フライソース
261kcal / 1.7g	180kcal / 2.1g	277kcal / 1.8g	161kcal / 1.6g	260kcal / 2.1g	259kcal / 2.4g	248kcal / 2.3g
19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
いわし紀州煮 花車かまぼこ ささげのお浸し 畑のお肉の旨煮 イカのマリネ おかか昆布	豚肉と木耳の炒り卵 豆ひじき チキンボールのトマトソース ささがききんぴらごぼろ ザーサイ炒め	ホキ西京焼き 菜の花のおひたし パンブキンサラダ 豚肉入り甘辛春雨 黒豆 赤しそ大根	回鍋肉 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	まぐろ竜田揚げ ひじきの煮物 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 うぐいす豆 大根としその実の漬物 甘酢あん	デミグラスソースハンバーグ ナポリタン ツナポテトサラダ 卵と木耳の彩り炒め 大豆ちりめん 広島菜漬け	さんま塩焼き 花形人参 菜の花とかにかま卵和え ブロッコリーのトマトソース おくらのおかか和え 切り昆布煮
179kcal / 2.0g	233kcal / 1.8g	186kcal / 1.6g	206kcal / 1.8g	203kcal / 2.0g	246kcal / 2.4g	199kcal / 1.8g
26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	
麻婆茄子 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	赤魚白醤油風味焼き チンゲン菜のお浸し いんげんのベーコン炒め 五目揚げ豆腐 123の人参マリネサラダ おかか佃煮	鶏肉のトマト煮 スクランブルエッグ (ハム) さつま揚げと野菜の煮物 枝豆とコーンの洋風煮 胡瓜漬け	さば煮付け 味付いんげん ポテトサラダ 豆腐の中華あん 若布と干し海老の当座煮 刻みたたくあん	豚肉のみぞれがけ ほうれん草と蒸し鶏の和え物 花野菜のポトフ ささがききんぴらごぼろ 昆布ちりめん	カレイの唐揚げ ささげのゴマ和え 肉入り野菜炒め めかぶの酢の物 あみ佃煮	
236kcal / 2.2g	222kcal / 1.3g	287kcal / 2.7g	274kcal / 1.9g	172kcal / 2.2g	190kcal / 1.9g	

【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

