

2019年6月



たんぱく・塩分調整食
食食

30日(日)		※栄養価表示			1日(土)	
鶏肉のスイートチリソース おかず豆 大葉入り豆腐団子 わさび菜おひたし あみ佃煮		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				豚ごぼう 高野豆腐と野菜の煮物 ほうれん草が芋の煮ころがし れんこんの甘酢漬け モロヘイヤの辛子和え
302kcal / 1.5g						カリウム275mg / リン108mg 292kcal / 1.9g
2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
南瓜と鶏肉の揚げ煮 ほうれん草と人参の煮浸し 豚肉の黒胡椒焼き 大根としその実の漬物	赤魚のトマト煮 豆ひじき 野菜とウインナーの炒め物 高菜ちりめん	豚肉の南蛮漬け ペペロンチーノ 鶏肉の玉子とじ ほうれん草のごま和え	野菜と肉団子のクリーム煮 畑のお肉の旨煮 湯葉入りチンゲン菜 味ごぼう おかが昆布	たら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	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	麻婆茄子 さつま揚げと野菜の煮物 いんげんのベーコン炒め ツナとほうれん草の和え物 焼刻み穴子
カリウム395mg / リン108mg 336kcal / 1.9g	カリウム428mg / リン143mg 299kcal / 1.6g	カリウム318mg / リン120mg 306kcal / 1.7g	カリウム454mg / リン138mg 289kcal / 1.7g	カリウム477mg / リン144mg 304kcal / 1.6g	カリウム416mg / リン109mg 294kcal / 1.4g	カリウム391mg / リン119mg 284kcal / 1.8g
9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
アスパラと牛肉のオニオンソース 切干大根 ごぼうと豚肉の柳川風 おくらのおかか和え	豚肉と白菜の豆板醤炒め ツナポテトサラダ 豆腐の中華あん 刻みたくあん	海老とピーマンの塩炒め さつま芋のバターソテー 中華風パスタ チンゲン菜の和え物	ホキの南蛮漬け風 キャベツのコンソメ煮 マカロニと卵のサラダ チキンミートローフ 野沢菜漬け トッピングソース(トマト)	豚肉入り和風春雨 茄子と挽肉の味噌炒め さつまいもの蜜がけ チンゲン菜と人参のお浸し 桜でんぶ	白身魚の野菜あんかけ 枝豆とコーンの洋風煮 カレーコロッケ ささげのお浸し 赤しそ大根 フライソース	鶏竜田の照り焼き 小松菜の和え物 青のり入りだし巻玉子 味ごぼう しょうがの甘辛煮
カリウム463mg / リン110mg 285kcal / 1.7g	カリウム310mg / リン90mg 300kcal / 1.6g	カリウム394mg / リン122mg 298kcal / 1.8g	カリウム258mg / リン105mg 313kcal / 1.8g	カリウム381mg / リン99mg 327kcal / 1.6g	カリウム358mg / リン100mg 298kcal / 1.6g	カリウム345mg / リン129mg 308kcal / 1.7g
16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
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	鶏竜田の中華あん 野菜のおろし南蛮 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 青菜ピーナッツ和え くり豆	トラウトサーモンのムニエル 人参、フロccoli、カリフラワー 茄子のトマトソース くずきりのサラダ 洋なしのコンポート	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	かぼちゃコロッケ ひじきの煮物 回鍋肉 野沢菜漬け	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	牛肉の欧風ソース 鶏肉の黒酢風味 ペペロンチーノ おクラの胡麻和え 葉野菜の和風ドレッシング仕立て
カリウム441mg / リン100mg 296kcal / 1.6g	カリウム408mg / リン138mg 296kcal / 1.7g	カリウム374mg / リン133mg 318kcal / 1.0g	カリウム500mg / リン156mg 310kcal / 1.6g	カリウム416mg / リン99mg 289kcal / 1.7g	カリウム462mg / リン170mg 301kcal / 1.8g	カリウム312mg / リン121mg 317kcal / 1.9g
23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
赤魚のトマト煮 白菜と青菜のそぼろあんかけ マカロニサラダ 切昆布と油揚げのおかが煮 そら豆	ハンバーグデミソース スパゲティ、フロccoli、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	ホキの南蛮漬け風 モロヘイヤのお浸し 焼きそば いかフライ おかが佃煮 フライソース	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	白身魚の野菜あんかけ 切干大根 五目揚げ豆腐 チンゲン菜のお浸し 胡瓜の生姜漬け	チャブチエ ツナサラダ お鮓とひき肉の玉子和え 大根の漬物	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
カリウム450mg / リン138mg 331kcal / 1.9g	カリウム459mg / リン132mg 312kcal / 1.8g	カリウム286mg / リン131mg 327kcal / 1.5g	カリウム471mg / リン107mg 297kcal / 1.6g	カリウム419mg / リン107mg 320kcal / 1.8g	カリウム265mg / リン102mg 316kcal / 1.6g	カリウム408mg / リン113mg 302kcal / 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



30日(日)		※栄養価表示				1日(土)	
ホキのクリーム煮 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 春雨のレモン風味 青菜ピーナッツ和え 白菜漬け		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				牛肉の欧風ソース キャベツとウインナーの洋風煮 マカロニサラダ ローストチキンほぐし身 胡瓜の生姜漬け	
286kcal / 1.9g						カリウム325mg / リン125mg 318kcal / 1.9g	
2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	
豚肉とキャベツの炒め煮 くり豆 鶏肉と野菜のいなり巻 人参煮 野沢菜漬け	牛肉すき焼き さつま芋のレモン煮 麻婆茄子 ほうれん草と人参の中華和え	ぶりの照り焼き 里芋の味噌煮 桃のカラフルコンポート	豚肉胡麻酢和え ラタトゥイユ うの花 大葉香るささみカツ 広島菜漬け フライソース	鶏肉と玉葱の中華みそ煮 わさび菜おひたし ミートソーススパゲティ ポテトとウインナー はりはり漬	かぼちゃコロッケ 花斗六豆 ゴーヤチャンプルー しそ昆布	豆腐ハンバーグ たけのこきんぴら コールスローサラダ さつま芋のリンゴ煮	
カリウム354mg / リン107mg 303kcal / 1.4g	カリウム498mg / リン118mg 310kcal / 1.7g	カリウム485mg / リン101mg 303kcal / 1.8g	カリウム308mg / リン113mg 343kcal / 1.7g	カリウム454mg / リン119mg 296kcal / 1.6g	カリウム492mg / リン118mg 316kcal / 1.7g	カリウム412mg / リン125mg 296kcal / 1.8g	
9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	
白身魚のマヨネーズ炒め ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え ちくわの磯辺揚げ(豆乳入り) 豚ももチャーシュー 白菜漬け	チキンのトマト煮 おかず豆 卵と木耳の彩り炒め あみ佃煮	豚肉の辛みそ炒め ひじきの煮物 ブロッコリーのカニカマあんかけ メンチカツ そら豆 フライソース	鶏肉と野菜のカレーソース 小松菜の胡麻和え 切昆布と油揚げのおかか煮 味付いんげん 大根としその実の漬物	揚げ出し豆腐と肉団子の煮物 うずら豆 パスタとツナのフレンチサラダ ザーサイ炒め	豚肉の黒酢炒め 畑のお肉の旨煮 ジャンボ肉だんご 春雨のレモン風味 広島菜漬け	海老のオーロラソース いんげんのピーナッツ和え 豚焼肉の味噌仕立て 大根の漬物	
カリウム374mg / リン127mg 297kcal / 1.9g	カリウム398mg / リン115mg 287kcal / 1.7g	カリウム364mg / リン119mg 341kcal / 1.8g	カリウム461mg / リン120mg 287kcal / 1.8g	カリウム437mg / リン115mg 342kcal / 1.2g	カリウム371mg / リン119mg 342kcal / 1.8g	カリウム278mg / リン98mg 339kcal / 1.7g	
16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	
カレイのみぞれがけ 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	豚肉胡麻酢和え マカロニと果物のサラダ 高野豆腐と野菜の煮物 おくらと湯葉のお浸し	炒り鶏 うぐいす豆 肉入り野菜炒め 刻みたくあん	豚肉の南蛮漬け ツナの梅風味パスタ 厚焼き玉子(関東風) わさび菜おひたし 胡瓜の生姜漬け	野菜と肉団子のクリーム煮 高野豆腐の含め煮 きのこ入金平牛蒡炒め 湯葉入りチンゲン菜 あみ佃煮	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	南瓜と鶏肉の揚げ煮 スクランブルエッグ(人参) 豆腐の中華あん ザーサイ炒め	
カリウム458mg / リン132mg 297kcal / 1.9g	カリウム249mg / リン138mg 308kcal / 1.7g	カリウム336mg / リン115mg 297kcal / 1.7g	カリウム282mg / リン122mg 320kcal / 1.7g	カリウム328mg / リン153mg 298kcal / 1.9g	カリウム500mg / リン140mg 323kcal / 1.6g	カリウム377mg / リン110mg 318kcal / 1.5g	
23日(日)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	
豚ごぼう しゅうまい 野菜と蒸し鶏のカレーソース 赤しそ大根	鶏肉と野菜の中華風味 がんもどきの含め煮 蓮根そばろ ツナとほうれん草の和え物 やわらか茎わかめ	豚肉と野菜の生姜醤油 ささげの胡麻和え 麻婆茄子 大根の紫芋酢	チキンボールケチャップ炒め 豆ひじき 豚肉入り甘辛春雨 おくらのおかか和え	アスパラと牛肉のオイスターソース 野菜とウインナーの炒め物 ナポリタン 五目厚焼き玉子 高菜ちりめん	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	豚肉とじゃが芋の煮物 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 コールスローサラダ 若布とシラスの和え物	
カリウム283mg / リン105mg 304kcal / 1.7g	カリウム290mg / リン116mg 288kcal / 1.9g	カリウム343mg / リン98mg 327kcal / 1.7g	カリウム325mg / リン93mg 315kcal / 1.6g	カリウム321mg / リン134mg 302kcal / 1.5g	カリウム426mg / リン115mg 319kcal / 1.2g	カリウム361mg / リン103mg 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

