

2019年8月

たんぱく・塩分調整食
 昼食

※ 栄養価表示				1日(木)	2日(金)	3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				ホキの南蛮漬け風 ラタトゥイユ ツナポテトサラダ 五目厚焼玉子 広島菜漬け	野菜と肉団子のクリーム煮 冬瓜とひき肉の煮物 焼うどん チンゲン菜と人参のお浸し しそ昆布	鶏肉のスイートチリソース 花野菜のポトフ しゅうまい おくらの胡麻和え 焼刻み穴子
				カリウム336mg / リン103mg 292kcal / 1.5g	カリウム436mg / リン94mg 287kcal / 1.9g	カリウム395mg / リン117mg 295kcal / 1.4g
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
豚肉と野菜の生姜醤油 茄子と挽肉の味噌炒め 豆乳入りしっとり卵の花 はりはり漬 いんげんのピーナッツ和え	赤魚のトマト煮 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 春雨のレモン風味 とろとろ玉子 胡瓜の生姜漬け	鶏肉の味噌煮 かぼちゃの煮物 くずきりサラダ いんげん胡麻和え	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	鶏肉と野菜の中華風味 かにかまサラダ 高野豆腐の含め煮 蓮根そぼろ もずく酢	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	白身魚のチーズパン粉焼き フライの炒め物、人参グラッセ 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
カリウム454mg / リン95mg 333kcal / 1.6g	カリウム339mg / リン129mg 293kcal / 1.9g	カリウム463mg / リン131mg 305kcal / 1.8g	カリウム500mg / リン140mg 323kcal / 1.6g	カリウム244mg / リン142mg 320kcal / 1.9g	カリウム498mg / リン118mg 310kcal / 1.7g	カリウム386mg / リン145mg 296kcal / 1.7g
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
炒り鶏 そら豆フライ 豆腐の中華あん しば漬け	揚げ出し豆腐と肉団子の煮物 さつま芋の蜜がけ とりごぼう おくらと湯菜のお浸し	豚肉の南蛮漬け ツナの梅風味パスタ ポテトとウインナー かにかま入り玉子 広島菜漬け	アスパラと牛肉のオイスターソース 春雨のレモン風味 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 小松菜の和え物 やわらか茎わかめ	チキンボールケチャップ炒め ほうれん草のごま和え マカロニサラダ 厚焼き玉子(関東風) 大根としその実の漬物	白身魚のマヨネーズ炒め おかず豆 豚肉入り甘辛春雨 あみ佃煮	豚肉の辛みそ炒め 蒸し鶏の胡麻だれ和え ペペロンチーノ わさび菜おひたし 胡瓜漬け
カリウム307mg / リン120mg 317kcal / 1.8g	カリウム419mg / リン102mg 320kcal / 1.7g	カリウム328mg / リン118mg 323kcal / 1.7g	カリウム388mg / リン125mg 296kcal / 1.8g	カリウム310mg / リン97mg 317kcal / 1.9g	カリウム357mg / リン110mg 303kcal / 1.7g	カリウム301mg / リン117mg 304kcal / 1.8g
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
白身魚の野菜あんかけ さつま揚げと野菜の煮物 スクランブルエッグ(ハム) チンゲン菜のお浸し くり豆	腎) かぼちゃコロッケ 揚げ茄子の生姜醤油あんかけ ミートソーススパゲティ 小魚の山椒風味	肉団子と野菜のスープ煮 ごぼうサラダ 春雨の中華和え 野菜と豆腐のふんわりナゲット	鶏肉と玉葱の中華みそ煮 パンプキンサラダ ごぼうと豚肉の柳川風 ザーサイ炒め	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	赤魚の揚げ煮 里芋、人参、たまねぎ、ほうれん草 かぼちゃの天ぷら いんげんのツナ和え 煮りんご	豚ごぼう 焼きそば 野菜と蒸し鶏のカレーソース めかぶの酢の物
カリウム358mg / リン109mg 305kcal / 1.4g	カリウム318mg / リン109mg 329kcal / 1.8g	カリウム327mg / リン108mg 294kcal / 1.9g	カリウム416mg / リン106mg 292kcal / 1.8g	カリウム500mg / リン156mg 310kcal / 1.6g	カリウム411mg / リン123mg 296kcal / 1.4g	カリウム257mg / リン98mg 291kcal / 1.9g
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
海老のオーロラソース 野菜のおろし南蛮 大葉入り豆腐団子 高菜ちりめん うずら豆	鶏肉と野菜の中華風味 お麩とひき肉の玉子和え うの花 ささがききんぴらごぼう 切り昆布煮	ホキのクリーム煮 ラタトゥイユ 出汁巻き玉子 おくらの胡麻和え しば漬け	揚げ出し豆腐と肉団子の煮物 ポークビーンズ キャベツのコンソメ煮 ツナとほうれん草の和え物	豚肉の黒酢炒め 葉野菜の和風ドレッシング仕立て 牛ごぼう やわらか茎わかめ	鶏肉と野菜のカレーソース 黒豆 コールスローサラダ 赤しそ大根	ぶりの照り焼き いんげんのピーナッツ和え 里芋の味噌煮 桃のカラフルコンポート
カリウム379mg / リン138mg 336kcal / 1.7g	カリウム332mg / リン85mg 286kcal / 1.6g	カリウム357mg / リン149mg 314kcal / 1.9g	カリウム356mg / リン110mg 289kcal / 1.9g	カリウム308mg / リン109mg 284kcal / 1.7g	カリウム444mg / リン120mg 314kcal / 1.2g	カリウム485mg / リン101mg 303kcal / 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



2019年8月



たんぱく・塩分調整食
夕食

※ 栄養価表示				1日(木)	2日(金)	3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				南瓜と鶏肉の揚げ煮 うぐいす豆 エビフライ ブロッコリーとコーンの和え物 しょうがの甘辛煮 タルタルソース カリウム401mg / リン143mg 326kcal / 1.5g	白身魚の野菜あんかけ スクラブルエッグ(ハム) 肉入り野菜炒め 若布とシラスの和え物 カリウム326mg / リン115mg 293kcal / 1.5g	海老とビーマンの塩炒め さつま芋のバターソーテー 中華風パスタ チンゲン菜の和え物 カリウム394mg / リン122mg 298kcal / 1.8g
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
鶏竜田の中華あん キャベツのコンソメ煮 マカロニと果物のサラダ 花斗六豆 高菜ちりめん カリウム327mg / リン122mg 303kcal / 1.5g	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 カリウム471mg / リン107mg 297kcal / 1.6g	豚肉のバターしょうゆ 五目揚げ豆腐 コールスローサラダ ザーサイ炒め カリウム330mg / リン87mg 337kcal / 1.6g	牛肉の欧風ソース 豚肉入り甘辛春雨 ほっごりじゃが芋の煮ころがし 蒸し鶏胡麻和え おかか昆布 カリウム365mg / リン105mg 329kcal / 1.9g	豚肉とじゃが芋の煮物 大豆ちりめん 卵と木耳の彩り炒め 赤しそ大根 カリウム396mg / リン124mg 289kcal / 1.8g	鶏竜田の照り焼き 厚揚げといんげんの煮物 焼きそば 青菜ピーナツ和え 野菜のマリネ カリウム377mg / リン104mg 318kcal / 1.9g	豚肉と白菜の豆板醤炒め うの花 ブロッコリーのカニカマあんかけ 鶏ささみチーズカツ 切り昆布煮 フライソース カリウム341mg / リン124mg 308kcal / 1.8g
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
ビーフストロガノフ カリフラワーのマリネ キャベツと干しえびのスパゲティ アスパラとコーンのバター風味ソテー カリウム445mg / リン124mg 306kcal / 1.9g	ホキのクリーム煮 野菜と蒸し鶏のカレーソース ナポリタン ほうれん草と人参の煮浸し うずら豆 カリウム473mg / リン136mg 303kcal / 1.3g	麻婆茄子 がんもと野菜の含め煮 ささげの胡麻和え 味噌ごぼう 枝豆とコーンの洋風煮 カリウム361mg / リン110mg 292kcal / 1.8g	さばの塩焼き 和風くずきり 炊き合わせ ぜんまいの煮物 カリウム392mg / リン142mg 304kcal / 1.5g	豚肉の生姜焼き 小松菜のナムル 里芋の味噌煮 ひじき煮 カリウム455mg / リン94mg 301kcal / 1.9g	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412mg / リン125mg 296kcal / 1.8g	チキンのトマト煮 さつま芋煮 畑のお肉の旨煮 五目厚焼玉子 野沢菜漬け カリウム374mg / リン105mg 298kcal / 1.3g
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
豚肉の黒酢炒め 小松菜の胡麻和え 牛肉と里芋の田舎煮 かにかまサラダ カリウム334mg / リン122mg 340kcal / 1.9g	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 カリウム462mg / リン170mg 301kcal / 1.8g	ホキの南蛮漬け風 ブロッコリーのトマトソース カレーコロッケ ほうれん草と蒸し鶏の和え物 やわらか荳わかめ フライソース カリウム330mg / リン97mg 309kcal / 1.7g	豚肉とじゃが芋の煮物 鶏肉と野菜のいなり巻 焼うどん チンゲン菜と人参のお浸し はりはり漬 カリウム390mg / リン106mg 298kcal / 1.7g	牛肉のすき煮 豆乳入りしっとり卵の花 鶏肉の玉子とし 広島菜漬け カリウム307mg / リン119mg 319kcal / 1.9g	野菜と肉団子のクリーム煮 モロヘイヤのお浸し さんま塩焼き きのご入金平牛蒡炒め 大根としその実の漬物 カリウム336mg / リン134mg 309kcal / 1.8g	カレイのマヨネーズ焼き ツイストマカロニ、ブロッコリー 野菜のトマト煮 里芋の煮物 白菜の塩昆布和え カリウム437mg / リン131mg 296kcal / 1.1g
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
チャブチエ ひじきの煮物 野菜とウインナーの炒め物 おくらのおかか和え カリウム383mg / リン100mg 300kcal / 1.9g	牛肉の欧風ソース くり豆 キャベツと人参の炒め ジャーマンポテト 野沢菜漬け カリウム402mg / リン87mg 288kcal / 1.3g	豚肉と野菜の生姜醤油 しゅうまい 畑のお肉とキャベツの味噌炒め わさび菜おひたし もずく酢 カリウム455mg / リン133mg 324kcal / 1.7g	たら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 カリウム477mg / リン144mg 304kcal / 1.6g	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 カリウム459mg / リン132mg 312kcal / 1.8g	アスパラと牛肉のオイスターソース 厚焼き玉子(関東風) 小松菜の和え物 竹輪とじゃこの煮物 白菜漬け カリウム262mg / リン136mg 286kcal / 1.8g	豚肉の辛みそ炒め ポテトとウインナー ミートソーススパゲティ 大根の紫芋酢 カリウム272mg / リン86mg 329kcal / 1.5g

【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

