

2019年8月



普通食  
食食

※ 栄養価表示				1日(木)	2日(金)	3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>				鶏肉のチーズクリームソース ツナポテトサラダ ラタトゥイユ 五目厚焼玉子 広島菜漬け	ぶり煮付け 花形人参 焼うどん 冬瓜とひき肉の煮物 チンゲン菜と人参のお浸し しそ昆布	ゴーヤチャンプルー しゅうまい 花野菜のポトフ おぐらの胡麻和え 焼刻み穴子
○○kcal / ○.○g				211kcal / 1.6g	220kcal / 1.8g	213kcal / 1.8g
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
ながめばる白醤油風味焼き れんこんの甘酢漬け 豆乳入りしっとり卵の花 茄子と挽肉の味噌炒め いんげんのピーナッツ和え はりはり漬	豚ヒレかつ とろとろ玉子 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 春雨のレモン風味 胡瓜の生姜漬け フライソース	さば味噌煮 味付いんげん 小松菜の胡麻和え 畑のお肉の旨煮 黒豆 大根としその実の漬物	金平入り鶏つくね キャベツと人参の炒め 切干大根 ブロッコリーのトマトソース モロヘイヤのお浸し 桜でんぶ	三陸産サンマの生姜煮 オクラのお浸し 蓮根そぼろ 高野豆腐の含め煮 かにかまサラダ もずく酢	牛肉のおろし煮 カリフラワーとウィンナーの煮物 出汁巻き玉子 鶏レバー煮 野沢菜漬け	赤魚塩干し焼き 花車かまぼこ ほうれん草と油揚げのお浸し 肉団子のカレー煮 小豆煮 大根の漬物
199kcal / 1.2g	259kcal / 2.0g	262kcal / 2.0g	193kcal / 2.2g	243kcal / 2.4g	270kcal / 2.3g	189kcal / 2.2g
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
肉じゃが そら豆フライ 豆腐の中華あん 若布と干し海老の当座煮 しば漬け	黄金カレー煮付け 味付いんげん さつまいもの蜜がけ とりごぼう おくらと湯菜のお浸し おかか佃煮	鶏肉と野菜の甘酢あん ツナの梅風味パスタ ポテトとウィンナー かにかま入り玉子 広島菜漬け	にしんのみぞれ煮 人参煮 小松菜の和え物 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 春雨のレモン風味 やわらか莖わかめ	麻婆豆腐 マカロニサラダ 厚焼き玉子(関東風) ほうれん草のごま和え 大根としその実の漬物	白身魚フライ おかず豆 豚肉入り甘辛春雨 イカのマリネ あみ佃煮 タルタルソース	トマトソースハンバーグ ペペロンチーノ ひじきの煮物 蒸し鶏の胡麻だれ和え わさび菜おひたし 胡瓜漬け
217kcal / 2.0g	173kcal / 1.5g	282kcal / 2.3g	202kcal / 2.3g	232kcal / 2.2g	262kcal / 1.7g	217kcal / 2.5g
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
いわしかつお節煮 チンゲン菜のお浸し スクランブルエッグ(ハム) さつま揚げと野菜の煮物 くり豆 切り昆布煮	豚肉とがんもの含め煮 ミートソーススパゲティ 揚げ茄子の生姜醤油あんかけ ツナサラダ 小魚の山椒風味	ホッケみりん焼き 華かまぼこ ジャンボ肉だんご 高野豆腐と野菜の煮物 野菜のマリネ 大根の漬物	鶏肉ねぎ塩ダレ パンプキンサラダ ごぼうと豚肉の柳川風 うぐいす豆 ザーサイ炒め	ぶりの揚げ煮 青菜ピーナッツ和え 里芋の煮っころがし 厚揚げといんげんの煮物 若布と干し海老の当座煮 白菜漬け	具入りオムレツ ほうれん草コーンバター 梅入りささみフライ 大豆ちりめん おかか昆布 トッピングソース(トマト)	メバル煮付け 花形人参 焼きそば 野菜と蒸し鶏のカレーソース めかぶの酢の物 刻みたくあん
239kcal / 1.9g	231kcal / 2.2g	225kcal / 2.1g	255kcal / 1.7g	190kcal / 1.7g	223kcal / 2.6g	165kcal / 1.9g
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
豚肉と筍の旨煮 野菜のおろし南蛮 大葉入り豆腐団子 うずら豆 高菜ちりめん	さば田楽味噌焼 チンゲン菜のお浸し うの花 お麩とひき肉の玉子和え ささがききんぴらごぼう 切り昆布煮	平田牧場金華豚の豚しゃぶ おろしあん ラタトゥイユ 出汁巻き玉子・おぐらの胡麻和え 枝豆とコーンの洋風煮 しば漬け	えびカツ 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 昆布ちりめん フライソース	牛ごぼう 葉野菜の和風ドレッシング仕立て 鶏肉と野菜のいなり巻 片口いわし浅炊き やわらか莖わかめ	サーモンバーグ ブロッコリーのお浸し コールスローサラダ 筑前煮 黒豆 赤しそ大根	鶏の照り焼き 高野豆腐の彩り煮 白菜と青菜のそぼろあんかけ 小魚の佃煮 昆布の山椒風味
214kcal / 1.8g	266kcal / 1.5g	316kcal / 2.4g	228kcal / 1.8g	195kcal / 2.3g	230kcal / 2.2g	240kcal / 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



2019年8月



普通食  
夕食

※ 栄養価表示				1日(木)	2日(金)	3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>				エビフライ ブロッコリーとコーンの和え物 筑前煮 うぐいす豆 しょうがの甘辛煮 タルタルソース	鶏つくね スクランブルエッグ(ハム) 肉入り野菜炒め 若布とシラスの和え物 大根の漬物	ホキ西京焼き チンゲン菜のお浸し おかず豆 高野豆腐と野菜の煮物 ローストチキンほぐし身 しば漬け
○○kcal / ○.○g				225kcal / 1.6g	246kcal / 1.8g	157kcal / 1.8g
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
鶏肉と野菜のカレーソース マカロニと果物のサラダ キャベツのコンソメ煮 花斗六豆 高菜ちりめん	いわし紀州煮 人参煮 ジャンボ肉だんご <small>白菜と青菜のそぼろあんかけ</small> めかぶの酢の物 あみ佃煮	ふんわりカニ玉 コールスローサラダ 五目揚げ豆腐 小魚の佃煮 ザーサイ炒め	ホッケ塩焼 華かまぼこ <small>ほっごりじゃが芋の煮ころがし</small> 豚肉入り甘辛春雨 蒸し鶏胡麻和え おかか昆布	豚肉のトマトソース 湯葉入りチンゲン菜 卵と木耳の彩り炒め 大豆ちりめん 赤しそ大根	あじみりん焼き 青菜ピーナッツ和え 焼きそば <small>厚揚げといんげんの煮物</small> 野菜のマリネ 胡瓜漬け	鶏ささみチーズカツ うの花 <small>ブロッコリーのカニカマあんかけ</small> ツナマヨコーン 切り昆布煮 フライソース
269kcal / 1.6g	236kcal / 2.3g	242kcal / 2.5g	218kcal / 2.2g	169kcal / 2.1g	172kcal / 1.7g	224kcal / 2.1g
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
ぶり大根 高野豆腐の彩り煮 ラタトゥイユ モロヘイヤの辛子和え 白菜漬け	ふんわり豆腐ハンバーグ ナポリタン <small>ほうれん草と人参の煮浸し</small> <small>野菜と蒸し鶏のカレーソース</small> うずら豆 しそ昆布	メバル塩焼き 味ごぼろ ささげの胡麻和え がんもと野菜の含め煮 枝豆とコーンの洋風煮 胡瓜の生姜漬け	豚肉と木耳の炒り卵 お豆と昆布の煮物 チキンボールのトマトソース 片口いわし浅炊き 刻みたくあん	さば煮付け 花形人参 かぼちゃの田舎煮 <small>厚揚げと鶏肉の中華旨煮</small> ささがききんぴらごぼろ そら豆	炭火焼き鳥 切干大根 <small>茄子と挽肉の味噌炒め</small> おくらのおかか和え 昆布の山椒風味	白糸だらの照焼き れんこんの甘酢漬け さつま芋煮 畑のお肉の旨煮 五目厚焼玉子 野沢菜漬け
185kcal / 1.8g	241kcal / 2.3g	161kcal / 2.0g	259kcal / 2.3g	267kcal / 1.3g	230kcal / 2.1g	162kcal / 1.2g
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
牛肉と里芋の田舎煮 小松菜の胡麻和え 厚揚げのそぼろあん かにかまサラダ 桜でんぶ	八宝菜 豆ひじき <small>青のり入りだし巻玉子</small> <small>いんげんのピーナッツ和え</small> しば漬け	カレーコロッケ <small>ほうれん草と蒸し鶏の和え物</small> ブロッコリーのトマトソース 黒豆 やわらかさ菘わかめ フライソース	赤魚白醤油風味焼き オクラのお浸し 焼うどん 鶏肉と野菜のいなり巻 <small>チンゲン菜と人参のお浸し</small> はりはり漬	和風おろしソースハンバーグ ブロッコリーのお浸し 豆乳入りしっとり卵の花 鶏肉の玉子とじ 春雨のレモン風味 広島菜漬け	さんま塩焼き 味付いんげん <small>きのこ入金平牛蒡炒め</small> じゃが芋と人参の煮物 モロヘイヤのお浸し 大根としその実の漬物	回鍋肉 <small>枝豆と魚すり身団子(豆乳入り)</small> 豆腐の中華あん 若布とシラスの和え物 胡瓜の生姜漬け
222kcal / 2.3g	165kcal / 2.0g	246kcal / 1.6g	166kcal / 1.5g	235kcal / 2.6g	234kcal / 2.2g	187kcal / 2.0g
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
まぐろ竜田揚げ ひじきの煮物 <small>野菜とウインナーの炒め物</small> おくらのおかか和え あみ佃煮 甘酢あん	若鶏の塩焼き キャベツと人参の炒め ジャーマンポテト <small>がんもと野菜の含め煮</small> くり豆 野沢菜漬け	銀ひらす照焼き 人参煮 しゅうまい <small>畑のお肉とキャベツの味噌炒め</small> わさび菜おひたし もずく酢	<small>厚揚げとそぼろの彩り炒め</small> スクランブルエッグ(人参) 鶏肉のクリーム煮 花斗六豆 胡瓜漬け	さわら西京焼き 花車かまぼこ <small>カリフラワーとウインナーの煮物</small> 大根と豚肉の煮物 いんげんのピーナッツ和え おかか佃煮	豚ロース焼きの生姜風味 小松菜の和え物 厚焼玉子(関東風) 竹輪とじゃこの煮物 白菜漬け	にしんの中華ソース オクラのお浸し ミートソーススパゲティ ポテトとウインナー うぐいす豆 大根の紫芋酢
181kcal / 1.9g	197kcal / 1.7g	216kcal / 1.5g	249kcal / 1.8g	193kcal / 1.4g	232kcal / 2.6g	240kcal / 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

