

2019年9月

普通食
 昼食

1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
赤魚金山寺味噌焼き 味付いんげん マカロニサラダ 畑のお肉の旨煮 チンゲン菜と人参のお浸し 胡瓜の生姜漬け	牛肉アスパラのオイスターソース お豆と昆布の煮物 ブロッコリーのカニカマあんかけ 123の人参マリネサラダ まぐろ煮	あじ塩焼き れんこんの甘酢漬け さつま芋とりんごのサラダ 肉入り野菜炒め モロヘイヤの辛子和え しそ昆布	豚肉のみぞれがけ ささげの胡麻和え キャベツとウインナーの洋風煮 五目厚焼玉子 あみ佃煮	いかフライ 豆サラダ 鶏肉のクリーム煮 おくらのおかか和え はりはり漬 フライソース	麻婆茄子 スクランブルエッグ(人参) 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 ツナマヨコーン くるみ味噌	いわし紀州煮 味ごぼう 小松菜の胡麻和え 畑のお肉とキャベツの味噌炒め 花斗六豆 胡瓜漬け
460kcal / 2.0g	478kcal / 1.8g	471kcal / 2.0g	497kcal / 1.9g	549kcal / 1.7g	587kcal / 1.8g	518kcal / 2.2g
8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
鶏つくね キャベツと人参の炒め 豆ひじき 青のり入りだし巻玉子 春雨のレモン風味 野沢菜漬け	エビチリソース ブロッコリーとコーンの和え物 厚揚げのそぼろあん 蒸し鶏胡麻和え ザーサイ炒め	鶏肉のチーズクリームソース ほうれん草と人参の煮浸し 野菜とウインナーの炒め物 イカのマリネ 桜でんぶ	ホキ西京焼き 華かまぼこ 豆乳入りしっとり卵の花 じゃが芋と人参の煮物 わさび菜おひたし 刻みたくあん	豚肉の黒胡椒焼き とろとろ玉子 豆腐の中華あん くり豆 もずく酢	ホッケ塩焼 オクラのお浸し しゅうまい とりごぼう かにかまサラダ 広島菜漬け	カレーコロッケ 切干大根 豚肉入り甘辛春雨 ローストチキンほぐし身 白菜漬け フライソース
531kcal / 1.6g	466kcal / 2.0g	471kcal / 1.8g	448kcal / 1.6g	583kcal / 1.7g	505kcal / 2.1g	554kcal / 2.1g
15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
ぶり照焼き チンゲン菜のお浸し 焼うどん 茄子と挽肉の味噌炒め めかぶの酢の物 しょうがの甘辛煮	山形牛ハンバーグ・オニオソース ペペロンチーノ コールスローサラダ ほうれん草と蒸し鶏の和え物 かぼちゃの田舎煮 若布と干し海老の当座煮 刻みたくあん	黄金カレイ煮付け 味ごぼう たらこポテトサラダ 鶏肉と野菜のいなり巻 おくらと湯葉のお浸し 大根としその実の漬物	炭火焼き鳥 小松菜の和え物 ラタトゥイユ うぐいす豆 やわらか茎わかめ	さば塩焼き 花形人参 きのこ金平牛蒡炒め ちくわの磯辺揚げ(豆乳入り) モロヘイヤのお浸し 昆布の山椒風味	豚肉と木耳の炒り卵 おかず豆 チキンボールのトマトソース いんげんのピーナツ和え 胡瓜の生姜漬け	マスのちゃんちゃん焼き 湯葉入りチンゲン菜 がんもと野菜の含め煮 野菜のマリネ そら豆
528kcal / 1.5g	606kcal / 2.8g	456kcal / 2.2g	491kcal / 1.6g	554kcal / 1.9g	519kcal / 2.1g	462kcal / 1.9g
22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
牛肉のおろし煮 ポテトサラダ 鶏肉の玉子とじ 切昆布と油揚げのおかか煮 高菜ちりめん	あじみりん焼き 花車かまぼこ 大根のそぼろあん 野菜と蒸し鶏のカレーソース 小豆煮 白菜漬け	若鶏から揚げ ナポリタン 枝豆と魚すり身団子(豆乳入り) 高野豆腐の含め煮 かにかま入り玉子 広島菜漬け	メバル塩焼き れんこんの甘酢漬け かぼちゃの田舎煮 鶏つくねの野菜あん ささがききんぴらごぼう 大根の漬物	ふんわり豆腐ハンバーグ ブロッコリーのお浸し ミートソーススパゲティ さつま揚げと野菜の煮物 豚ももチャーシュー 胡瓜漬け	ぶり大根 ひじきの煮物 肉入り野菜炒め うずら豆 みぶな漬け	豚肉のトマトソース ジャーマンポテト 出汁巻き玉子 大豆ちりめん 大根の紫芋酢
575kcal / 2.1g	454kcal / 1.3g	543kcal / 2.5g	442kcal / 1.6g	539kcal / 2.8g	499kcal / 1.8g	513kcal / 2.0g
29日(日)	30日(月)	※ 栄養価表示				
白身魚フライ 葉野菜の和風ドレッシング仕立て 高野豆腐と野菜の煮物 鶏レバー煮 おかか昆布 タルタルソース	回鍋肉 カリフラワーとウインナーの煮物 大葉入り豆腐団子 めかぶの酢の物 野沢菜漬け	ごはん 170g 込み ※ 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				
529kcal / 2.2g	487kcal / 2.0g					

【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9月



普通食
夕食

1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
ふんわりカニ玉 ジャンボ肉だんご 蒸し鶏の胡麻だれ和え 豚ももチャーシュー 広島菜漬け	カレイの唐揚げ いんげんのベーコン炒め 豚肉入り甘辛春雨 若布と干し海老の当座煮 大根の漬物	デミグラスソースハンバーグ ペペロンチーノ とろとろ玉子 花野菜のポトフ ツナサラダ カラフルピクルス	ぶり煮付け 人参煮 湯葉入りチンゲン菜 とりごぼろ 小豆煮 切り昆布煮	鶏肉と野菜のカレーソース ひじきの煮物 大葉入り豆腐団子 ほうれん草のごま和え しば漬け	マスの漬け焼き チンゲン菜のお浸し さつまいもの蜜がけ キャベツのコンソメ煮 野菜のマリネ おかか昆布	肉じゃが そら豆フライ ブロッコリーのトマトソース かにかま入り玉子 高菜ちりめん
563kcal / 2.9g	481kcal / 1.9g	504kcal / 2.2g	532kcal / 1.4g	545kcal / 2.5g	482kcal / 1.6g	525kcal / 1.7g
8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
さば味噌煮 花形人参 ささげのお浸し 高野豆腐の含め煮 ささがききんぴらごぼろ やわらか莖わかめ	豚すき煮 マカロニと卵のサラダ 鶏肉の黒酢風味 おくらと湯葉のお浸し 焼刻み穴子	ながめばる白醬油風味焼き 味付いんげん おかず豆 さつま揚げと野菜の煮物 切昆布と油揚げのおかか煮 みぶな漬け	メンチカツ 厚揚げのきのこあんかけ 野菜と蒸し鶏のカレーソース 枝豆とコーンの洋風煮 胡瓜の生姜漬け フライソース	白糸だらの照焼き 青菜ピーナッツ和え ポテトサラダ 肉入り野菜炒め 鶏レバー煮 赤しそ大根	鶏肉と野菜の甘酢あん ほうれん草と油揚げのお浸し お麩とひき肉の玉子和え 花斗六豆 しば漬け	あじ西京焼き 人参煮 蓮根そぼろ 高野豆腐と野菜の煮物 おくらの胡麻和え しそ昆布
518kcal / 2.0g	533kcal / 2.0g	450kcal / 1.4g	571kcal / 2.3g	444kcal / 2.0g	517kcal / 2.2g	468kcal / 2.5g
15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
豚肉とがんもの含め煮 お豆と昆布の煮物 ポテトとウインナー 五目厚焼玉子 大根の漬物	さわら塩焼 れんこんの甘酢漬け うの花 白菜と青菜のそぼろあんかけ 竹輪とじゃこの煮物 胡瓜漬け	麻婆豆腐 ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え ブロッコリーのカニカマあんかけ 春雨のレモン風味 豚肉のしぐれ煮	三陸産サンマの生姜煮 味付いんげん 里芋の煮ころがし 出汁巻き玉子 チンゲン菜と人参のお浸し はりはり漬	ハッシュドビーフ マカロニのクリーム煮 じゃが芋と人参の煮物 大豆ちりめん 野沢菜漬け	えびカツ パンプキンサラダ 畑のお肉とキャベツの味噌炒め おくらのおかか和え 大根の紫芋酢 フライソース	金平入り鶏つくね キャベツと人参の炒め スクランブルエッグ(ハム) 揚げ筋子の生姜醤油あんかけ わさび菜おひたし あみ佃煮
493kcal / 1.7g	466kcal / 2.2g	444kcal / 2.0g	535kcal / 1.9g	506kcal / 1.9g	551kcal / 2.0g	534kcal / 2.4g
22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
赤魚塩干し焼き 青菜ピーナッツ和え 焼きそば 厚揚げといんげんの煮物 黒豆 赤しそ大根	具入りオムレツ ほうれん草と人参の煮浸し 鶏肉のクリーム煮 イカのマリネ 小魚の山椒風味 トッピングソース(トマト)	いわしかつお節煮 人参煮 ささげの胡麻和え 畑のお肉の旨煮 くり豆 切り昆布煮	豚焼肉の味噌仕立て 豆サラダ 厚揚げと鶏肉の中華旨煮 若布とシラスの和え物 しょうがの甘辛煮	まぐろ竜田揚げ 小松菜の和え物 卵と木耳の彩り炒め おくらと湯葉のお浸し はりはり漬 甘酢あん	牛肉と里芋の田舎煮 ペンのカレークリーム 豆腐の中華あん ローストチキンほぐし身 昆布ちりめん	八宝菜 豆乳入りしっとり卵の花 ささみフライ(梅入り) ツナとほうれん草の和え物 ザーサイ炒め
493kcal / 2.2g	451kcal / 1.9g	492kcal / 1.5g	561kcal / 2.0g	481kcal / 2.0g	519kcal / 1.9g	497kcal / 2.2g
29日(日)	30日(月)	※ 栄養価表示				
鶏肉ねぎ塩ダレ ポークビーンズ キャベツのコンソメ煮 片口いわし浅炊き 胡瓜の生姜漬け	にしんのみぞれ煮 チンゲン菜のお浸し 焼うどん 筑前煮 うぐいす豆 しそ昆布	ごはん 170g 込み ※ 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				
512kcal / 2.2g	487kcal / 2.4g					

【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

