


こんだてひょう 大幕の内 5月1日~15日

●お弁当1食当たりの総カロリーを表示しています。

<p>1日(水) 焼魚 コロッケ ひじき煮 竹輪煮 春雨サラダ 732Kcal</p>	<p>2日(木) カレーフライ ハンバーグ ポークシューマイ マカロニサラダ 蓮根のヒリ辛煮 751Kcal</p>	<p>3日(金) 憲法記念日</p>	<p>4日(土) みどりの日</p>	<p>6日(月) 魚青のり揚げ レンコンのいが煮 大腿の油揚げしのぼ煮 インゲンのサラダ お好み焼き 744Kcal</p>
<p>7日(火) カレーフライ つくね串 れんこんの磯天ぷら ごぼうとひじきの煮物 松前風高菜キャベツ炒め 746Kcal</p>	<p>8日(水) さわらのホイル焼酎 肉団子煮 麻婆春雨 ごぼうとこんにゃく煮 わがめの生善醤油和え 729Kcal</p>	<p>9日(木) 鶏のカレー焼き ソーセージ焼き かき揚げ 小松菜の炒り煮 スバ焼肉風 750Kcal</p>	<p>10日(金) チキンカツ ハヤシ スバゲティナポリタン レンコンと油揚げの煮物 わがめの生善醤油和え 766Kcal</p>	<p>一口メモ サプリメントと健康 最近、サプリメントがニュースでよく話題になっています。薬と違い処方箋なしでもお店やインターネットなどで気軽に購入出来るので、服用している人も多いのではないのでしょうか。しかし気軽に買えるからと安易に使うと思わぬ副作用や逆に健康に悪影響を与える恐れがあります。現に医師によっては、あまり効果がなく、処方箋もないため適切な量の管理が難しいと言ったこともあります。健康的な生活の為には、安易にサプリメントに頼るのではなく、健康的な食事、運動、睡眠に心がけそれでも不足している物を適切な量のサプリメントで補うことが大切です。</p>
<p>11日(土) おまかせメニュー </p>	<p>13日(月) 鶏そぼろとごぼう丼風 かき揚げ わがめのみそ和え スバサラダ 厚焼玉子 748Kcal</p>	<p>14日(火) カレーコロッケ 焼魚 切干大根 ウインナー わがめの醤油ドレッシング和え 739Kcal</p>	<p>15日(水) チキンチーズフライ 蓮根まんじゅう スバゲティナポリタン 大腿の中華炒め煮 キャベツサラダ 748Kcal</p>	

お願い

- ◆電子レンジ・オープンでの使用はご遠慮下さい。
- ◆食器を灰皿のかわりにしたり、食器にガムを入れないで下さい。
- ◆食品衛生上、午後1時頃までにお召し上がり下さい。
- ◆仕入れの都合でメニューを変更することがあります。
- ◆お気付の点がございましたら、係員、配達員にお申し付けください。
- ◆当社の使用しているお米は国産米です。



株式会社 アイチフード

〒442-0809 豊川市大橋町3丁目19番地
TEL 0533-89-7322
FAX 0533-89-8680