

高井病院 タニタ食堂

3.1 ▶3.13の日替わり定食【800円(税込)】

営業時間 11:00 ▶ 16:00
定休日は日曜日・祝日です

| 1(月) | 2(火) | 3(水) | 4(木) | 5(金) | 6(土) |
|---|--|---|--|--|--|
| 常夜なべ風定食 | 厚揚げのピリ辛きのこあんかけ定食 | ぶりの照り焼き定食 | さばのねぎ味噌焼き定食 | 鶏肉のしそ焼き定食 | さわらの豆板醤ソースかけ定食 |
|  |  |  |  |  |  |
| 498kcal 塩分量2.52g | 495kcal 塩分量2.73g | 567kcal 塩分量2.87g | 594kcal 塩分量2.35g | 475kcal 塩分量2.70g | 524kcal 塩分量2.82g |
| 常夜なべ風 ブロッコリーとチーズのサラダ 雷豆腐 干し椎茸と長ねぎの味噌汁 | 厚揚げのピリ辛きのこあんかけ ちくわとごぼうの炒り煮 大根サラダ なめこのスープ | ぶりの照り焼き なすと里芋の煮物 モロヘイヤのごま和え オクラスープ | さばのねぎ味噌焼き 白菜のひき肉煮 かぼちゃのスイートサラダ しめじのみそ汁 | 鶏肉のしそ焼き ぎんなんとたけのこの煮物 ごまよごし つみれ汁 | さわらの豆板醤ソースかけ たけのこと油揚げの煮物 キャベツのピーナツ和え 麩のすまし汁 |
| 8(月) | 9(火) | 10(水) | 11(木) | 12(金) | 13(土) |
| 豚肉の南部焼き定食 | ささみの衣揚げレモンあん定食 | バーベキュー丼定食 | さわらのレモンみそ焼き定食 | 鶏むね肉のアーモンドパン粉焼定食 | たらきのこあんかけ定食 |
|  |  |  |  |  |  |
| 525kcal 塩分量2.69g | 526kcal 塩分量2.52g | 392kcal 塩分量2.70g | 563kcal 塩分量2.47g | 480kcal 塩分量2.65g | 370kcal 塩分量2.92g |
| 豚肉の南部焼き キャベツのトマト煮 切干だいこんときゅうりの和え物 椎茸と長ねぎのみそ汁 | ささみの衣揚げレモンあん 細切り野菜のサラダ 小松菜の煮浸し えのき茸の豆乳みそ汁 | バーベキューチキン 大根とツナの炒め物 青菜ののり和え トマトのみそ汁 | さわらのレモンみそ焼き 白菜のひき肉煮 もやしときゅうりの梅和え カリフラワーの和風スープ | 鶏むね肉のアーモンドパン粉焼 小松菜の卵とじ きゅうりとえのきの青しそ和え なめことわかめの味噌汁 | たらきのこあんかけ 大根とじゃこの炒め物 ほうれん草の華風サラダ わかめのかき玉スープ |

～週替わり定食～

★3/1～3/6

★3/8～3/13

ハンバーグ定食

オムライス定食

※仕入れなどの状況により、予告なく内容が変更になる場合がございます。

※カロリーは、金芽米100g(約140kcal)の場合で表示しています。

高井病院タニタ食堂 TEL:0743-65-5339 (ご予約承ります)