

# 高井病院 タニタ食堂

10.29▶11.10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

29(月)	30(火)	31(水)	1(木)	2(金)	3(土)
常夜なべ風定食	さわらの梅蒸し定食	ささみの衣揚げレモンあん定食	鶏のピ-ナップター焼き定食	中華風五目煮定食	お休み
					
498kcal 塩分量2.52g	496kcal 塩分量2.83g	526kcal 塩分量2.52g	513kcal 塩分量2.55g	515kcal 塩分量2.69g	
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	さわらの梅蒸し カリフラワーと卵のサラダ 白菜とあさりのスープ煮 ほうれん草のみそ汁	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 えのき草の豆乳みそ汁	鶏のピ-ナップター焼き ひじきのトマト煮 しらたきと小松菜の和え物 きのこねぎのすまし汁	中華風五目煮 モロヘイヤサラダ 里芋のおかか和え 桜えびのすまし汁	
5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	
さばのねぎ味噌焼き定食	バーベキューチキン定食	ぶりの照り焼き定食	厚揚げのピリ辛きのこあんかけ定食	さわらの豆板醤ソースかけ定食	10(土) 豚肉の南部焼き定食
					
594kcal 塩分量2.35g	392kcal 塩分量2.70g	570kcal 塩分量2.87g	495kcal 塩分量2.73g	524kcal 塩分量2.82g	525kcal 塩分量2.69g
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	バーベキューチキン 大根とツナの炒め物 青菜のりし和え トマトのみそ汁	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	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	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	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

～週替わり定食～  
★10/29～11/3  
★11/5～11/10

揚げないチーズとんかつ定食  
牛スタミナ定食

※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144kcal)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)