

# 高井病院 タニタ食堂

## 3.5 ▶3.17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

<p>5(月)</p> <p>鶏肉のごまｶｯｼｰ定食</p>  <p>411kcal 塩分量2.81g 鶏肉のごまｶｯｼｰ こんにゃくとにんじんの白和え きゅうりの和え物 大豆もやしのスープ</p>	<p>6(火)</p> <p>トンテキ定食</p>  <p>556kcal 塩分量2.67g トンテキ にんじんとごぼうのしりしり れんこんとひじきのバルサミコ和え 長ねぎと豆腐の味噌汁</p>	<p>7(水)</p> <p>チキンマスタード焼き定食</p>  <p>490kcal 塩分量2.83g チキンマスタード焼き キャベツと春雨のソテー カシューナッツ入りなます 玉葱のコンソメスープ</p>	<p>8(木)</p> <p>鮭とｶﾘﾌﾗﾜｰのｸﾘｰﾑｽｰｽ定食</p>  <p>452kcal 塩分量2.97g 鮭とｶﾘﾌﾗﾜｰのｸﾘｰﾑｽｰｽ 切り干しだいこんの煮物 青菜ともやしの韓国和え めかぶのとろろ汁</p>	<p>9(金)</p> <p>根菜のしぐれ煮定食</p>  <p>505kcal 塩分量2.89g 根菜のしぐれ煮 青菜ともやしの和え物 里芋ののりまぶし 貝割れだいこんのすまし汁</p>	<p>10(土)</p> <p>ﾊｰﾊﾞｷｬｰｷﾝ定食</p>  <p>383kcal 塩分量2.70g ﾊｰﾊﾞｷｬｰｷﾝ 大根とツナの炒め物 青菜ののり和え トマトのみそ汁</p>
<p>12(月)</p> <p>ささみのピカタ定食</p>  <p>464kcal 塩分量2.66g ささみのピカタ きのこサラダ いんげんと大豆もやしのごま和え わかめと長ねぎのみそ汁</p>	<p>13(火)</p> <p>さわらの竜田揚げサラダ風定食</p>  <p>557kcal 塩分量2.83g さわらの竜田揚げサラダ風 豆腐のおかか炒め もやしのマスタード和え みそミルクスープ</p>	<p>14(水)</p> <p>ｷﾝのｸﾘｰﾌﾞ ｵｲﾙ焼き定食</p>  <p>469kcal 塩分量2.66g ｷﾝのｸﾘｰﾌﾞ ｵｲﾙ焼き 白菜のサラダ 青梗菜の中華炒め えのきと椎茸のすまし汁</p>	<p>15(木)</p> <p>豆腐つくねﾊﾞｰｸﾞ定食</p>  <p>457kcal 塩分量2.73g 豆腐つくねﾊﾞｰｸﾞ グリーンサラダ さつま揚げとごぼうの煮物 わかめの中華スープ</p>	<p>16(金)</p> <p>鶏の唐揚げオニオンソース定食</p>  <p>446kcal 塩分量2.81g 鶏の唐揚げオニオンソース こんにゃくと竹の子の中華煮 えのきのたらこ和え キャベツのスープ</p>	<p>17(土)</p> <p>さばのみそ煮定食</p>  <p>484kcal 塩分量2.62g さばのみそ煮 ミックス野菜の炒め煮 きゅうりの浅漬け しめじとめかぶのすまし汁</p>

～週替わり定食～

★3/5～3/10 ハンバーグ定食  
★3/12～3/17 揚げないチーズとんかつ定食

※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)