

< 普通食献立表 >

*下記の栄養価に、御飯160g（エネルギー269kcal・たんぱく質4.0g）が含まれています。

	4/19(月)	4/20(火)	4/21(水)	4/22(木)	4/23(金)	4/24(土)	4/25(日)
昼 食	御飯 すき焼き風 ブロッコリー味噌サラダ 三色ピーマン胡麻炒め 酢の物	御飯 マス南蛮 ツナサラダ よもぎ蕎麦 青菜チャンブル	御飯 チキンカツあんかけ きのこのオイスター炒め スパオーロラサラダ せんまい煮	御飯 赤魚の揚げ煮 胡瓜、若布の酢の物 スクランブルエッグチリソース 山くらげの金平風	御飯 チンジャオロース おかか炒め ピーマン突きコン煮 大根サラダ	御飯 サワラのカレー煮 肉じゃが ナスの揚げ煮 干し大根の酢の物	御飯 鶏肉の生姜煮 細切高野の卵とじ もやしの炸醤炒め 酢の物
	エネルギー 494kcal たんぱく質 18g	エネルギー 492kcal たんぱく質 13g	エネルギー 529kcal たんぱく質 18g	エネルギー 495kcal たんぱく質 16g	エネルギー 501kcal たんぱく質 19g	エネルギー 472kcal たんぱく質 18g	エネルギー 517kcal たんぱく質 24g
	御飯 サバの韓国風煮 付け）新玉葱のかき揚 ナスと豚肉の塩だれ炒め 筍と蟹がの酢味噌和え ひじき五目煮	御飯 鶏肉のケチャップ 照り焼 しめじの酢の物 高野のそぼろ煮 フキと豆乳しんじょうの煮物	御飯 アジの柚子ポン照焼 ゴボウサラダ かぼちゃ煮 カリフラワー胡麻海老和え 三色ナムル	御飯 酢豚 青菜揚げ煮 カリフラワー胡麻海老和え ひじきサラダ	御飯 かれいの胡麻天ぷら 若布の卵とじ キヤベツと蒸し鶏のソテー ¹ 蓮根の梅酢煮	御飯 コロッケ ヌードルサラダ ゴボウの胡麻酢和え 煮浸し	御飯 鮭の揚げ煮(付け合せ) 大根がんも煮 野菜のオイスター炒め 三色豆煮
	エネルギー 494kcal たんぱく質 18g	エネルギー 524kcal たんぱく質 28g	エネルギー 485kcal たんぱく質 14g	エネルギー 475kcal たんぱく質 18g	エネルギー 457kcal たんぱく質 16g	エネルギー 525kcal たんぱく質 17g	エネルギー 489kcal たんぱく質 20g

※塩分：2g以内

※食材により、やむをえず献立を変更することがありますので、ご了承ください。

昼食は当日14時、夕食は当日19時までにお召し上がりください。



モルツウェル株式会社

< 普通食献立表 >

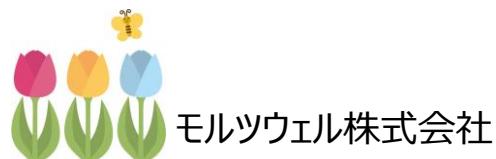
*下記の栄養価に、御飯160g（エネルギー269kcal・たんぱく質4.0g）が含まれています。

	4/26(月)	4/27(火)	4/28(水)	4/29(木)	4/30(金)	5/1(土)	5/2(日)
昼食	御飯 揚げカレイの野菜あんかけ	御飯 他人煮	御飯 アジの梅しそ焼	御飯 酢鶏	御飯 サバの竜田揚げ	御飯 豚肉の照味噌炒め	御飯 揚げ赤魚の甘酢あんかけ
	せんまい煮	煮物	バンバンジーサラダ	筍土佐煮	かぼちゃの高野そぼろあん	ひじきサラダ	付け合せ
	玉葱マリネ	五目煮	パープリカとひじきの炒り煮	二色ピーマン胡麻まぶし	オクラの胡麻和え	インゲンがんも煮	マセドアンサラダ
	ホテトバーコンサラダ	磯香和え	フキと竹輪の金平風	アスパラの味噌炒め	ゴボウサラダ	キャベツのごま酢あえ	筑前煮
	エネルギー 497kcal たんぱく質 14g	エネルギー 543kcal たんぱく質 23g	エネルギー 477kcal たんぱく質 27g	エネルギー 521kcal たんぱく質 29g	エネルギー 506kcal たんぱく質 15g	エネルギー 496kcal たんぱく質 18g	エネルギー 500kcal たんぱく質 13g
	御飯 豚肉の生姜焼	御飯 サバの味噌煮	御飯 八宝菜	御飯 サワラのパン粉焼き (タルタルかけ)	御飯 枝豆ハンバーグ	御飯 アジのカレーハーフ	御飯 鶏肉の照り焼
	干し大根煮	チャプチャ風炒め	ミモザサラダ	人参の香味炒め	春キャベツのコールスロー	酢の物	付け合せ
夕食	里芋のすんだ和え	ナスミート	ゴボウの変わり金平	酢の物	刻み昆布の金平	しぐれ煮	干大根の菜種和え
	酢の物	酢の物	青菜シーフードリテ	ブロッコリーピーナツ和え	煮浸し	ビーフン炒め	ブロッコリーの煮浸し
	エネルギー 510kcal たんぱく質 22g	エネルギー 475kcal たんぱく質 16g	エネルギー 506kcal たんぱく質 17g	エネルギー 475kcal たんぱく質 19g	エネルギー 508kcal たんぱく質 21g	エネルギー 503kcal たんぱく質 18g	エネルギー 496kcal たんぱく質 25g

※塩分：2g以内

※食材により、やむをえず献立を変更することがありますので、ご了承ください。

昼食は当日14時、夕食は当日19時までにお召し上がりください。



< カロリー・塩分調整食献立表 >

*下記の栄養価に、御飯160g（エネルギー269kcal・たんぱく質4.0g）が含まれています。

	4/19(月)	4/20(火)	4/21(水)	4/22(木)	4/23(金)	4/24(土)	4/25(日)
昼 食	御飯 すき焼き風 付け) ブロッコリー味噌サラダ 三色ピーマン胡麻炒め 酢の物	御飯 マス南蛮 付け) 青菜チャンブル ツナサラダ よもぎ蕎麦	御飯 チキンカツあんかけ スパオーロラサラダ ぜんまい煮	御飯 赤魚の揚げ煮 付け) 山くらげの金平風 胡瓜、若布の酢の物 スクランブルエッグチリソース	御飯 チンジャオロース 付け) 大根サラダ おかげ炒め ピーマン突きこん煮	御飯 サワラのカレー煮 付け) 干し大根の酢の物 肉じゃが ナスの揚げ煮	御飯 鶏肉の生姜煮 細切高野の卵とじ 酢の物
	エネルギー 496kcal	エネルギー 492kcal	エネルギー 498kcal	エネルギー 495kcal	エネルギー 493kcal	エネルギー 478kcal	エネルギー 497kcal
	たんぱく質 18g	たんぱく質 16g	たんぱく質 18g	たんぱく質 19g	たんぱく質 20g	たんぱく質 18g	たんぱく質 25g
	御飯 サバの韓国風煮 付け) 新玉葱のかき揚 ナスと豚肉の塩だれ炒め 筍と蟹がの酢味噌和え	御飯 鶏肉のケチャップ 照り焼 しめじの酢の物 フキと豆乳しんじょうの煮物	御飯 アジの柚子ポン照焼 付け) 三色ナムル ゴボウサラダ マーボー大根	御飯 酢豚 付け) かりフライ-胡麻海老和え 青菜揚げ煮 筑前煮	御飯 かれいの胡麻天ぷら 付け) 蓮根の梅酢煮 若布の卵とじ キヤベツと蒸し鶏のソテー	御飯 コロッケ 付け) オムレツ ゴボウの胡麻酢和え 煮浸し	御飯 鮭の揚げ煮 付け) 三色豆煮 大根がんも煮 野菜のオイスター炒め
	エネルギー 483kcal	エネルギー 488kcal	エネルギー 499kcal	エネルギー 493kcal	エネルギー 486kcal	エネルギー 505kcal	エネルギー 493kcal
	たんぱく質 19g	たんぱく質 28g	たんぱく質 16g	たんぱく質 11g	たんぱく質 15g	たんぱく質 16g	たんぱく質 21g

※塩分：2g以内

※食材により、やむをえず献立を変更することがありますので、ご了承ください。

昼食は当日14時、夕食は当日19時までにお召し上がりください。



モルツウェル株式会社

< カロリー・塩分調整食献立表 >

*下記の栄養価に、御飯160g（エネルギー269kcal・たんぱく質4.0g）が含まれています。

	4/26(月)	4/27(火)	4/28(水)	4/29(木)	4/30(金)	5/1(土)	5/2(日)
昼 食	御飯 揚げカレイの野菜あんかけ 付け) ポテトベーコンサラダ	御飯 他人煮 シェルハジサラダ	御飯 アジの梅しそ焼 付け) スクランブルエッグ	御飯 酢鶏 筍土佐煮	御飯 サバの竜田揚げ 付け) オクラの胡麻和え	御飯 豚肉の照味噌炒め ひじきサラダ	御飯 揚げ赤魚の甘酢あんかけ 付け合せ
	山吹和え	磯香和え	バンバンジーサラダ	二色ピーマン胡麻まぶし	かぼちゃの高野そぼろあん	インゲンがんも煮	マセドアンサラダ
	玉葱マリネ		パプリカとひじきの炒り煮		ゴボウサラダ		筑前煮
	エネルギー 494kcal	エネルギー 542kcal	エネルギー 501kcal	エネルギー 498kcal	エネルギー 506kcal	エネルギー 501kcal	エネルギー 501kcal
	たんぱく質 13g	たんぱく質 23g	たんぱく質 19g	たんぱく質 23g	たんぱく質 15g	たんぱく質 19g	たんぱく質 13g
夕 食	御飯 豚肉の生姜焼	御飯 サバの味噌煮	御飯 八宝菜	御飯 サワラのパン粉焼き (タルタルかけ)	御飯 枝豆ハンバーグ	御飯 アジのカレーハッシュ	御飯 鶏肉の照り焼
	若布サラダ	付け) チャブチエ風炒め	付け) カリフラワーフレンチマリネ	人参の香味炒め	春キャベツのコールスロー	付け) ビーフン炒め	付け合せ
	酢の物	ナスミート	ミモザサラダ	こんにゃくの中華風旨煮	刻み昆布の金平	酢の物	干大根の菜種和え
		酢の物	ゴボウの変わり金平			しぐれ煮	枝豆の酢の物
	エネルギー 493kcal	エネルギー 475kcal	エネルギー 482kcal	エネルギー 498kcal	エネルギー 497kcal	エネルギー 487kcal	エネルギー 495kcal
	たんぱく質 22g	たんぱく質 16g	たんぱく質 17g	たんぱく質 20g	たんぱく質 22g	たんぱく質 17g	たんぱく質 26g

※塩分: 2g以内

※食材により、やむをえず献立を変更することがありますので、ご了承ください。

昼食は当日14時、夕食は当日19時までにお召し上がりください。



モルツウェル株式会社

＜ たんぱく塩分調整食献立表 ＞

*下記の栄養価に、御飯180g（エネルギー302kcal・たんぱく質4.5g）が含まれています。

	4／19（月）	4／20（火）	4／21（水）	4／22（木）	4／23（金）	4／24（土）	4／25（日）
昼食	御飯 すき焼き風 付け）ヤングコーン素揚げ 三色ピーマン胡麻炒め 酢の物 エネルギー補給ゼリー80	御飯 マス南蛮 ツナサラダ 付け）五目巾着煮 青菜チャンブル	御飯 チキンカツあんかけ スパオーロサラダ 揚げ里芋の辛みたれ	御飯 赤魚の揚げ煮 付け）山くらげの金平風 ヒーフン炒め スクランブルエッグチリソース	御飯 チンジャオロース ヒーマン突きコン煮 大根サラダ エネルギー補給ゼリー80	御飯 サワラのカレー煮 肉じゃが ナスの揚げ煮 エネルギー補給ゼリー80	御飯 鶏肉の生姜煮 付け）酢の物 かぼちゃとおくらの煮物 もやしのジャーニャー炒め
	エネルギー 567kcal	エネルギー 560kcal	エネルギー 572kcal	エネルギー 547kcal	エネルギー 569kcal	エネルギー 566kcal	エネルギー 555kcal
	たんぱく質 18g	たんぱく質 14g	たんぱく質 17g	たんぱく質 17g	たんぱく質 18g	たんぱく質 17g	たんぱく質 22g
	御飯 サバの韓国風煮 付け）新玉葱のかき揚 ナスと豚肉の塩だれ炒め 筍と蟹カマの酢味噌和え フルーツ缶	御飯 鶏肉のケチャップ照り焼 しめじの酢の物 わさびサラダ フルーツ缶	御飯 アジの柚子ポン照焼 付け）ゴボウサラダ マーボー大根	御飯 酢豚 青菜揚げ煮 カリフラワー胡麻海老和え かぼちゃ煮	御飯 カレイの胡麻天ぷら 付け）卵焼き キヤベツと蒸し鶏のソテー	御飯 コロッケ 付け）ヌードルサラダ ゴボウの胡麻酢和え 蓮根の梅酢煮 フルーツ缶	御飯 鮭の揚げ煮 (付) 人参の胡麻酢和え 大根がんも煮 野菜のオイスター炒め エネルギー補給ゼリー80
	エネルギー 540kcal	エネルギー 554kcal	エネルギー 545kcal	エネルギー 562kcal	エネルギー 515kcal	エネルギー 563kcal	エネルギー 558kcal
	たんぱく質 18g	たんぱく質 21g	たんぱく質 17g	たんぱく質 17g	たんぱく質 16g	たんぱく質 17g	たんぱく質 20g

※塩分：2g以内

※食材により、やむをえず献立を変更することがありますので、ご了承ください。

昼食は当日14時、夕食は当日19時までにお召し上がりください。



モルツウェル株式会社

＜ たんぱく塩分調整食献立表 ＞

*下記の栄養価に、御飯180g（エネルギー302kcal・たんぱく質4.5g）が含まれています。

	4／26（月）	4／27（火）	4／28（水）	4／29（木）	4／30（金）	5／1（土）	5／2（日）
昼 食	御飯 揚げカレイの野菜あんかけ 山吹和え ポテトハーモンサラダ フルーツ缶	御飯 他人煮 山吹和え ポテトハーモンサラダ 煮物	御飯 アジの梅しそ焼 付け) フキと竹輪の金平風 バンバンジーサラダ スクランブルエッグ	御飯 酢鶏 付け) かき揚げ 大根の梅サラダ アスパラの味噌炒め	御飯 サバの竜田揚げ 付け) オクラの胡麻和え かぼちゃの高野そぼろあん ゴボウサラダ	御飯 豚肉の照味噌炒め インゲンがんも煮 キヤハツのごま酢あえ エネルギー補給ゼリー80	御飯 揚げ赤魚の甘酢あんかけ 付け) 青菜のウイナー炒め マセドアンサラダ カリフラワーの梅和え
	エネルギー 538kcal たんぱく質 14g	エネルギー 534kcal たんぱく質 20g	エネルギー 542kcal たんぱく質 20g	エネルギー 540kcal たんぱく質 15g	エネルギー 563kcal たんぱく質 16g	エネルギー 560kcal たんぱく質 19g	エネルギー 561kcal たんぱく質 16g
	御飯 豚肉の生姜焼 付け) かきあげ 干し大根煮 里芋のすんだ和え	御飯 サバの味噌煮 付け) 酢の物 チャブチ風炒め ナスミート	御飯 八宝菜 ゴボウの変わり金平 青菜シーフトーリー	御飯 サワラのパン粉焼き (タルタルかけ) 人参の香味炒め こんにゃくの中華風旨煮 エネルギー補給ゼリー80	御飯 枝豆ハンバーグ 春キヤハツのコールスロー 煮浸し フルーツ缶	御飯 アジのカレーハーモン 付け) アスパラサラダ しぐれ煮 ビーフン炒め	御飯 鶏肉の照り焼 付け) ゴボウの黒ゴマかき揚げ 干し大根菜種和え 春雨の中華サラダ
	エネルギー 567kcal たんぱく質 22g	エネルギー 516kcal たんぱく質 17g	エネルギー 557kcal たんぱく質 17g	エネルギー 573kcal たんぱく質 18g	エネルギー 544kcal たんぱく質 21g	エネルギー 559kcal たんぱく質 17g	エネルギー 559kcal たんぱく質 15g

※塩分：2g以内

※食材により、やむをえず献立を変更することがありますので、ご了承ください。

昼食は当日14時、夕食は当日19時までにお召し上がりください。



モリツウェル株式会社