

＜ 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。

	5/17 (月)	5/18 (火)	5/19 (水)	5/20 (木)	5/21 (金)	5/22 (土)	5/23 (日)
昼食	御飯						
	揚げ肉団子の甘酢あえ	鮭の漬け焼	豚肉巻天	カレーの天ぷら	スコッチエッグ	サバの照り焼き	焼鳥
	青菜のピリナツ和え	千草焼きあんかけ	付) フロッキーの中華炒め	バンバンジーサラダ	付) 生野菜	付) キャベツのゆかり和え	青菜つきこん煮
	煮物	大根のカルナー風	筑前煮	じゃが芋とウインナーのソース炒め	枝豆の酢の物	ゴボウの変わり金平	南瓜とおくらの煮物
	胡瓜メンマ和え	豚肉のポン酢炒め	山吹和え	インゲンの磯香和え	なすの利休煮	酢の物	カリフラワーの酢の物
	エネルギー 489kcal たんぱく質 13g	エネルギー 499kcal たんぱく質 18g	エネルギー 493kcal たんぱく質 15g	エネルギー 493kcal たんぱく質 16g	エネルギー 511kcal たんぱく質 19g	エネルギー 480kcal たんぱく質 19g	エネルギー 499kcal たんぱく質 28g
夕食	御飯						
	赤魚煮	鶏肉の照り焼	サバの生姜焼き	豚肉ケチャップ甘酢炒め	アジの土佐焼	トンカツあんかけ煮	サワラの青じそオイル焼
	筍と豚肉のバター醤油炒め	ピーマンの土佐煮	高野のそぼろ煮	コンニャクとシイタケの炒め煮	付) フロッキーペペロンチーノ	酢の物	春雨の中華酢の物
	大豆と昆布の煮物	インゲンと海老の炒め物	ホイコウロウ	豆乳しんじょう蟹カマあんかけ	煮浸し	インゲン竹輪煮	ぜんまいのピリナツ風
	スパゲティサラダ	バンサンスー	ピーマン煮浸し	青菜の胡麻和え	胡麻味噌金平	青菜のイタアン炒め	大根がんも煮
	エネルギー 493kcal たんぱく質 17g	エネルギー 502kcal たんぱく質 24g	エネルギー 492kcal たんぱく質 20g	エネルギー 497kcal たんぱく質 22g	エネルギー 469kcal たんぱく質 18g	エネルギー 501kcal たんぱく質 15g	エネルギー 491kcal たんぱく質 19g

※塩分：3g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。



モルツウエル株式会社

＜ 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。

	5/24 (月)	5/25 (火)	5/26 (水)	5/27 (木)	5/28 (金)	5/29 (土)	5/30 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	インゲン揚げ煮
	カレーの錦揚げ	酢豚	サワラのレモンオイル焼	鶏団子のチリソースあえ	鮭の中華風照焼	枝豆ハンバーグ	御飯
	ニラの卵とじ	刻み昆布の金平	人参とツナの卵炒め	青菜の煮浸し	豚肉野菜炒め	絹さや卵とじ	サバの土佐焼
	キャベツと蒸し鶏のナムル	大根とレモンの酢の物	ほうれん草がんも煮	三色金平	炊き合わせ	大根のごま酢あえ	空豆とポロコリーのサラダ
	金時豆煮	おくらの味噌炒め	胡麻酢あえ	南瓜のマリネ	さつま芋の煮物	しぐれ煮	青菜のシーフード炒め
	エネルギー 498kcal たんぱく質 20g	エネルギー 513kcal たんぱく質 18g	エネルギー 470kcal たんぱく質 19g	エネルギー 515kcal たんぱく質 17g	エネルギー 465kcal たんぱく質 17g	エネルギー 510kcal たんぱく質 24g	エネルギー 475kcal たんぱく質 24g
夕食	御飯						
	豚肉の生姜焼	鮭の照り焼き	鶏天梅だれかけ	サバの韓国風焼き	ポテサラ風コロッケ	アジの梅しそ焼	鶏団子の生姜煮
	干大根の菜種和え	付) 若布サラダ	若竹煮	揚げなす煮	インゲンと糸コンの煮物	じゃが芋ホットサラダ	ゴボウサラダ
	里芋の胡麻味噌かけ	マーボー春雨	炒めなます	昆布サラダ	キャベツピクルス	人参シリシリ	かき揚げ
	ソラマメとベーコンオイル炒め	なすとピーマンの煮物 酢の物	インゲン胡麻和え	竹輪と人参のカレーマヨ炒め	ゴボウチャンプル	パプリカとひじきの炒り煮	酢の物
	エネルギー 490kcal たんぱく質 18g	エネルギー 475kcal たんぱく質 15g	エネルギー 542kcal たんぱく質 26g	エネルギー 467kcal たんぱく質 15g	エネルギー 521kcal たんぱく質 12g	エネルギー 483kcal たんぱく質 16g	エネルギー 520kcal たんぱく質 20g

※塩分：3g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。



モルツウエル株式会社

＜ カロリー・塩分調整献立表 ＞

*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。

	5/17 (月)	5/18 (火)	5/19 (水)	5/20 (木)	5/21 (金)	5/22 (土)	5/23 (日)
昼食	御飯						
	揚げ肉団子の甘酢あえ	鮭の漬け焼	豚肉巻天	カレーの天ぷら	スコッチエッグ	サバの照り焼き	焼鳥
	付) 青菜のピリナツ和え	付) 豚肉のポン酢炒め	付) 山吹和え	付) インゲンの磯香和え	枝豆の酢の物	付) コボウの変り金平	南瓜とオクラの煮物
	煮物	千草焼きあんかけ	ブロッコリー中華炒め	バンバンジーサラダ	ポテトサラダ	酢の物	カリフラワーの酢の物
	胡瓜メンマ和え	大根のカルパチーオ風	筑前煮	じゃが芋とウインナーのソース炒め		豚肉となすの味噌炒め	
	エネルギー 489kcal たんぱく質 13g	エネルギー 500kcal たんぱく質 19g	エネルギー 471kcal たんぱく質 15g	エネルギー 506kcal たんぱく質 18g	エネルギー 504kcal たんぱく質 17g	エネルギー 480kcal たんぱく質 20g	エネルギー 484kcal たんぱく質 27g
夕食	御飯						
	赤魚煮	鶏肉の照り焼	サバの生姜焼き	豚肉ケチャップ甘酢炒め	アジの土佐焼	トンカツあんかけ煮	サワラの青じそオイル焼
	付) スパゲティサラダ	付) 玉ねぎとニラのかき揚げ	付) ピーマン煮浸し	ひじきサラダ	付) ブロッコリーベロンチーノ	付) 酢の物	大根がんも煮
	筍と豚肉のバター醤油炒め	インゲンとエビの炒め物	高野のそぼろ煮	豆乳しんじょう蟹カマあんかけ	煮浸し	昆布煮	シエルバジサラダ
	大豆と昆布の煮物	バンサンスー	ホイコウロウ		胡麻味噌金平	青菜のイタアン炒め	
	エネルギー 498kcal たんぱく質 18g	エネルギー 546kcal たんぱく質 23g	エネルギー 497kcal たんぱく質 22g	エネルギー 497kcal たんぱく質 21g	エネルギー 475kcal たんぱく質 19g	エネルギー 500kcal たんぱく質 16g	エネルギー 501kcal たんぱく質 18g

※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。



モルツウエル株式会社

＜ 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。

	5/24 (月)	5/25 (火)	5/26 (水)	5/27 (木)	5/28 (金)	5/29 (土)	5/30 (日)
昼食	御飯						
	カレーの錦揚げ	酢豚	サワラのレモンオイル焼	鶏団子のチリソースあえ	鮭の中華風照焼	枝豆ハンバーグ	サバの土佐焼
	付け) 人参の香味炒め	スパオムサラダ	人参とツナの卵炒め	青菜の煮浸し	付) 酢の物	春雨サラダ	付) 青菜のシーフード炒め
	ニラの卵とじ	大根とレモンの酢の物	ほうれん草がんと煮	南瓜のマリネ	豚肉野菜炒め	大根のごま酢あえ	空豆とブロッコリーのサラダ
	キャベツと蒸し鶏のナムル				さつま芋の煮物		インゲン揚げ煮
	エネルギー 493kcal たんぱく質 21g	エネルギー 519kcal たんぱく質 16g	エネルギー 461kcal たんぱく質 20g	エネルギー 492kcal たんぱく質 17g	エネルギー 466kcal たんぱく質 17g	エネルギー 527kcal たんぱく質 24g	エネルギー 471kcal たんぱく質 23g
夕食	御飯						
	豚肉の生姜焼	鮭の照り焼き	鶏天梅だれかけ	サバの韓国風焼き	ポテサラ風コロッケ	アジの梅しそ焼	鶏団子の生姜煮
	付) 干大根の菜種和え	付) 若布サラダ	炒めなます	付) 昆布サラダ	キャベツピクルス	付) 人参シリシリ	付) かき揚げ
	炊き合わせ	マーボー春雨	インゲン胡麻和え	揚げなす煮	ゴボウチャンプル	八宝菜	ゴボウサラダ
	ソラマメとベーコンオイル炒め	なすとピーマンの煮物		竹輪と人参のカレーマヨ炒め		パプリカとひじきの炒り煮	酢の物
	エネルギー 497kcal たんぱく質 18g	エネルギー 463kcal たんぱく質 16g	エネルギー 528kcal たんぱく質 24g	エネルギー 489kcal たんぱく質 16g	エネルギー 520kcal たんぱく質 13g	エネルギー 461kcal たんぱく質 17g	エネルギー 513kcal 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。



モルツウエル株式会社

＜ 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。

	5/17 (月)	5/18 (火)	5/19 (水)	5/20 (木)	5/21 (金)	5/22 (土)	5/23 (日)
昼食	御飯						
	揚げ肉団子の甘酢あえ	鮭の漬け焼	豚肉巻天	カレーの天ぷら	スコッチエッグ	サバの照り焼き	焼鳥
	付) 青菜のピザ和え	千草焼きあんかけ	筑前煮	じゃが芋とウイナーのソース炒め	付) ポテトサラダ	付) 酢の物	青菜つきこん煮
	煮物	大根のカルナー風	山吹和え	卵とじ	干し大根煮	ゴボウの変わり金平	カリフラワーの酢の物
	炒り豆腐	エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80	なすの利休煮	豚肉となすの味噌炒め	エネルギー補給ゼリー-80
		エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80	なすの利休煮	豚肉となすの味噌炒め	エネルギー補給ゼリー-80
	エネルギー 554kcal たんぱく質 23g	エネルギー 568kcal たんぱく質 15g	エネルギー 555kcal たんぱく質 15g	エネルギー 578kcal たんぱく質 13g	エネルギー 555kcal たんぱく質 18g	エネルギー 577kcal たんぱく質 18g	エネルギー 576kcal たんぱく質 21g
夕食	御飯						
	赤魚煮	鶏肉の照り焼	サバの生姜焼き	豚肉ケチャップ甘酢炒め	アジの土佐焼	トンカツあんかけ煮	サワラの青じそオイル焼
	玉葱マリネ	付) 玉ねぎとニラのかき揚げ	付) かきあげ	豆乳しんじょう蟹カマあんかけ	煮浸し	インゲン竹輪煮	付) シルバジサラダ
	スパゲティサラダ	インゲンと海老の炒め物	ホイコウロウ	青菜の胡麻和え	胡麻味噌金平	青菜のイタリアン炒め	春雨の中華酢の物
	エネルギー補給ゼリー-80	バンサンスー	大根ときくらげのごま酢和え	フルーツ缶	エネルギー補給ゼリー-80	フルーツ缶	大根がんも煮
			フルーツ缶				
	エネルギー 554kcal たんぱく質 14g	エネルギー 544kcal たんぱく質 23g	エネルギー 556kcal たんぱく質 18g	エネルギー 532kcal たんぱく質 21g	エネルギー 551kcal たんぱく質 17g	エネルギー 533kcal たんぱく質 15g	エネルギー 561kcal たんぱく質 18g

※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。



モルツウエル株式会社

＜ 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。

	5/24 (月)	5/25 (火)	5/26 (水)	5/27 (木)	5/28 (金)	5/29 (土)	5/30 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレーの錦揚げ	酢豚	サワラのレモンオイル焼	鶏団子のチリソースあえ	鮭の中華風照焼	枝豆ハンバーグ	サバの土佐焼
	ニラの卵とじ	スパオロサラダ	人参とツナの卵炒め	付) 青菜の煮浸し	豚肉野菜炒め	春雨サラダ	付) かき揚げ
	キャベツと蒸し鶏のナムル	おくらの味噌炒め	ほうれん草がんも煮	三色金平	炊き合わせ	大根のごま酢あえ	マカロサラダ
	エネルギー補給ゼリー-80		エネルギー補給ゼリー-80	南瓜のマリネ	エネルギー補給ゼリー-80		青菜のシーフード炒め フルーツ缶
エネルギー 571kcal たんぱく質 14g	エネルギー 581kcal たんぱく質 16g	エネルギー 565kcal たんぱく質 18g	エネルギー 553kcal たんぱく質 17g	エネルギー 524kcal たんぱく質 18g	エネルギー 547kcal たんぱく質 20g	エネルギー 545kcal たんぱく質 17g	
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉の生姜焼	鮭の照り焼き	鶏天梅だれかけ	サバの韓国風焼き	ポテサラ風コロッケ	アジの梅しそ焼	鶏団子の生姜煮
	付) 干大根の菜種和え	付) 酢の物	インゲン胡麻和え	揚げなす煮	キャベツピクルス	じゃが芋和えサラダ	ゴボウサラダ
	炊き合わせ	マーボー春雨	ポテトサラダ	竹輪と人参のカレーマヨ炒め	ゴボウチャンプル	人参シリシリ	干し大根煮
	ソラマメとベーコンオイル炒め	なすとピーマンの煮物 エネルギー補給ゼリー-80		エネルギー補給ゼリー-80	フルーツ缶	エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80
エネルギー 540kcal たんぱく質 18g	エネルギー 530kcal たんぱく質 14g	エネルギー 556kcal たんぱく質 20g	エネルギー 558kcal たんぱく質 15g	エネルギー 552kcal たんぱく質 12g	エネルギー 574kcal たんぱく質 15g	エネルギー 573kcal たんぱく質 19g	

※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。



モルツウエル株式会社