

＜ 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 / 3 1 (月)	6 / 1 (火)	6 / 2 (水)	6 / 3 (木)	6 / 4 (金)	6 / 5 (土)	6 / 6 (日)
昼 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉のキャップ 照り焼き	アジの焼き浸し	鶏のつくね焼き	サワラの洋風味噌焼き	皮なしシュマイ	天婦羅（きす・カボチャ・オクラ）	親子煮
	チンゲン菜と厚揚げの炒め煮	炊き合わせ	干しいたけ春雨炒め	酢の物(大根、揚げ)	ワラの煮物	玉葱の卵とじ	野菜のオムレツ炒め
	しめじの酢の物	もやし胡麻酢和え	カリフラワー・フレンチマニネ	こんにゃくの中華風旨煮	かぼちゃのマリネ	酢の物(きゅうり、らっきょう)	ふき煮
	炒り卵	青菜と豚肉の炒め	高野のそぼろ煮	金時豆煮	大根と人参の金平	もやしウインナー炒め	人参の胡麻酢和え
	エネルギー 472kcal たんぱく質 22g	エネルギー 475kcal たんぱく質 20g	エネルギー 490kcal たんぱく質 21g	エネルギー 493kcal たんぱく質 23g	エネルギー 485kcal たんぱく質 19g	エネルギー 473kcal たんぱく質 16g	エネルギー 493kcal たんぱく質 24g
夕 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚南部天	タンドリーライトチキン	サバの照り焼き	トンカツ卵とじ	鮭南蛮	鶏肉のマイルドカレー焼き	サバの生姜煮
	付け合わせ	シーフードスパゲティ	青菜つきこん煮	刻み昆布と人参の梅煮	ナスミート	かぼちゃと揚げの煮物	青菜ベーコン煮
	大根のかぼちゃ風	おかか炒め	変わり金平ゴボウ	もやしのナムル風	人参シリシリ	チャブチ風炒め	チンジャオロース
	金平れんこん	酢の物(大根、人参)	ひじきサラダ	酢の物(きゅうり、白きくらげ)	ポテトサラダ	コンニャクの酢味噌和え	五目煮
	もずくの酢の物						
	エネルギー 516kcal たんぱく質 13g	エネルギー 539kcal たんぱく質 23g	エネルギー 492kcal たんぱく質 18g	エネルギー 525kcal たんぱく質 20g	エネルギー 499kcal たんぱく質 14g	エネルギー 535kcal たんぱく質 24g	エネルギー 501kcal たんぱく質 21g

※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。

	6 / 7 (月)	6 / 8 (火)	6 / 9 (水)	6 / 10 (木)	6 / 11 (金)	6 / 12 (土)	6 / 13 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鮭の漬け焼き	豚シャブ	赤魚の揚げ煮	酢豚	アジのレモンオイル焼き	鶏の味噌つくね焼き	サバの照り焼き
	付け) キャベツのゆかり和え	酢の物(春雨、人参)	豚肉とナスの味噌炒め	ゴーヤナムル	付け) 人参レーズン和え	酢の物(キャベツ・甘酢生姜)	マカロニサラダ
	若竹煮	ぜんまい煮	大根梅酢煮	炊き合わせ	干し大根煮	人参糸コン炒り煮	車ふとナスの煮物
	豚肉のボン酢炒め	人参とツナの卵炒め	昆布サラダ	チリコンカン	ピーマンつきこん胡麻まぶし	こりと竹輪の卵とじ	スクランブルエッグ チリソース
	高野ピース煮				ふきと竹輪の金平風		
	エネルギー 440kcal たんぱく質 17g	エネルギー 505kcal たんぱく質 15g	エネルギー 497kcal たんぱく質 14g	エネルギー 513kcal たんぱく質 23g	エネルギー 477kcal たんぱく質 16g	エネルギー 485kcal たんぱく質 22g	エネルギー 486kcal たんぱく質 14g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	ごぼうと鶏の唐揚げ	アジのハーミスタートのせ	牛肉スタミナ焼き	マスの味噌煮	鶏肉の甘辛煮	鮭のゆずこしょう焼き	豚肉の生姜焼き
	枝豆の酢の物	アスパラハートコン炒め	筑前煮	春雨の中華サラダ	青菜の生姜醤油和え	がんもあらめ煮	じゃが芋とウィンナーの炒め
	煮物(大根、人参、インゲン)	かぼちゃの揚げ浸し	カリフラワーピュウ	肉じゃが	高野のそぼろ煮	かぼちゃ枝豆あんかけ	しめじの酢の物
	青菜シーフードソテー	海藻中華和え	ゴボウサラダ	酢の物(きゅうり、らっきょう)	ナスのカレーマリネ	大根サラダ	春雨の中華和え
	エネルギー 537kcal たんぱく質 22g	エネルギー 515kcal たんぱく質 21g	エネルギー 501kcal たんぱく質 18g	エネルギー 481kcal たんぱく質 16g	エネルギー 514kcal たんぱく質 26g	エネルギー 514kcal たんぱく質 17g	エネルギー 505kcal 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。

	5 / 3 1 (月)	6 / 1 (火)	6 / 2 (水)	6 / 3 (木)	6 / 4 (金)	6 / 5 (土)	6 / 6 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉のケチャップ 照り焼き	アジの焼き浸し	鶏のつくね焼き	サワラの洋風味噌焼き	皮なしシウマイ	天婦羅（きす・カボチャ・オクラ）	親子煮
	付) しめじの酢の物	ゴーヤとツナのサラダ	付) 玉葱とコロのかき揚げ	付) ジャーマンかき揚げ	かぼちゃのマリネ	玉葱の卵とじ	付) ふき煮
	キャベツのコンソメ煮	もやし胡麻酢和え	干しいたけと春雨の炒め物	酢の物	大根と人参の金平	もやしウインナー炒め	野菜のオムレツ炒め
	チンゲン菜と厚揚げの炒め煮	エネルギー補給ゼリー-80	高野のそぼろ煮	こんにゃくの中中華風旨煮	エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80	人参の胡麻酢和え
	エネルギー補給ゼリー-80			フルーツ缶			フルーツ缶
	エネルギー 559kcal たんぱく質 18g	エネルギー 553kcal たんぱく質 15g	エネルギー 536kcal たんぱく質 20g	エネルギー 541kcal たんぱく質 17g	エネルギー 554kcal たんぱく質 18g	エネルギー 565kcal たんぱく質 15g	エネルギー 553kcal たんぱく質 24g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚南部天	タンドリーライトチキン	サバの照り焼き	トンカツ卵とじ	鮭南蛮	鶏肉のマイルドカレー焼き	サバの生姜煮
	付) 金平れんこん	ジャガ芋の味噌煮	付) マカロニサラダ	付け合わせ（オクラ素揚げ）	付) ポテトサラダ	チャプチェ風炒め	付) ゴボウのかき揚げ
	大根カルボナーラ風	酢の物(大根、人参)	青菜つきこん煮	刻み昆布人参梅煮	インゲンとツナの煮物	アスパラコロッケー	チンジャオロース
	バター醤油炒め		変わり金平ゴボウ	もやしのナムル風	なすミート		酢の物
			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 556kcal たんぱく質 14g	エネルギー 559kcal たんぱく質 21g	エネルギー 580kcal たんぱく質 17g	エネルギー 581kcal たんぱく質 20g	エネルギー 560kcal たんぱく質 15g	エネルギー 555kcal たんぱく質 21g	エネルギー 559kcal 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。

	6 / 7 (月)	6 / 8 (火)	6 / 9 (水)	6 / 10 (木)	6 / 11 (金)	6 / 12 (土)	6 / 13 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鮭の漬け焼き	豚シャブ	赤魚の揚げ煮	酢豚	アジのレモンオイル焼き	鶏の味噌つくね焼き	サバの照り焼き
	付け) ヤングコーン素揚げ	酢の物(春雨、人参)	付け) ピーマン胡麻かきあげ	付け) たけのこの磯かき揚げ	付け) ピーマンつきこん胡麻	人参糸コン炒り煮	付け) マカロニサラダ
	豚肉のボン酢炒め	人参とツナの卵炒め	豚肉とナスの味噌炒め	ゴーヤナムル	干し大根煮	こりと竹輪の卵とじ	スクランブルエッグチリソース
	高野ピース煮	フルーツ缶	大根梅酢煮	炊き合わせ	ふきと竹輪の金平風	エネルギー補給ゼリー-80	車ふとナスの煮物
	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		フルーツ缶
	エネルギー 543kcal たんぱく質 14g	エネルギー 566kcal たんぱく質 16g	エネルギー 559kcal たんぱく質 15g	エネルギー 586kcal たんぱく質 17g	エネルギー 555kcal たんぱく質 15g	エネルギー 571kcal たんぱく質 19g	エネルギー 557kcal たんぱく質 14g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	ごぼうと鶏の唐揚げ	アジのハーミスタートのせ	牛肉スタミナ焼き	マスの味噌煮	鶏肉の甘辛煮	鮭のゆずこしょう焼き	豚肉の生姜焼き
	煮物(大根、人参、インゲン)	大豆の甘辛煮	青菜のピーナツ和え	付け) おくらの素揚げ	ナスのカレーマリネ	付け) ゴボウのかき揚げ	付け) かき揚げ
	マセドアンサラダ	麻婆豆腐の揚げ浸し	筑前煮	春雨の中華サラダ	インゴンの山葵サラダ	かぼちゃ枝豆あんかけ	キャベツとツナの煮物
			エネルギー補給ゼリー-80	肉じゃが		大根サラダ	じゃが芋とウインナーの炒め
				フルーツ缶			
	エネルギー 571kcal たんぱく質 19g	エネルギー 535kcal たんぱく質 19g	エネルギー 561kcal たんぱく質 18g	エネルギー 554kcal たんぱく質 16g	エネルギー 563kcal たんぱく質 21g	エネルギー 558kcal たんぱく質 14g	エネルギー 562kcal 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

＜ 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 / 3 1 (月)	6 / 1 (火)	6 / 2 (水)	6 / 3 (木)	6 / 4 (金)	6 / 5 (土)	6 / 6 (日)
昼 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉のキャップ 照り焼き	アジの焼き浸し	鶏のつくね焼き	サワラの洋風味噌焼き	皮なしシュマイ	天婦羅（きす・カボチャ・オクラ）	親子煮
	付）炒り卵	付け）青菜と豚肉の炒め	付け）カリフラワー・リンチマリネ	こんにゃくの中華風旨煮	付）大根と人参の金平	付）酢の物（きゅうり、らっきょう）	野菜のオイスター炒め
	キャベツのコンソメ煮	ゴーヤとツナのサラダ	干しいたけと春雨の炒め物	酢の物（大根、揚げ）	ワラビの煮物	煮物（高野、シイタケ、人参）	人参の胡麻酢和え
	チンゲン菜と厚揚げの炒め煮	炊き合わせ	高野のそぼろ煮		かぼちゃのマリネ	もやしウインナー炒め	
	エネルギー 482kcal たんぱく質 22g	エネルギー 483kcal たんぱく質 20g	エネルギー 495kcal たんぱく質 22g	エネルギー 460kcal たんぱく質 19g	エネルギー 472kcal たんぱく質 18g	エネルギー 458kcal たんぱく質 16g	エネルギー 501kcal たんぱく質 25g
夕 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚南部天	タンドリー・フライドチキン	サバの照り焼き	トンカツ卵とじ	鮭南蛮	鶏肉のマイルドカレー焼	サバの生姜煮
	付け合わせ（人参・絹さや）	シーフード・スパゲティ	付）ひじきサラダ	ブロッコリーの中華炒め	付）ポテトサラダ	キャベツと揚げの煮物	チンジャオロース
	大根のかぼちゃ風	酢の物（大根、人参）	青菜つきこん煮	酢の物（きゅうり、白きくらげ）	ナスミート	チャプチェ風炒め	五目煮
	金平れんこん		変わり金平ゴボウ		人参シリシリ		
	エネルギー 499kcal たんぱく質 12g	エネルギー 520kcal たんぱく質 23g	エネルギー 498kcal たんぱく質 19g	エネルギー 528kcal たんぱく質 20g	エネルギー 513kcal たんぱく質 15g	エネルギー 532kcal たんぱく質 24g	エネルギー 478kcal たんぱく質 22g

※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。

	6 / 7 (月)	6 / 8 (火)	6 / 9 (水)	6 / 10 (木)	6 / 11 (金)	6 / 12 (土)	6 / 13 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鮭の漬け焼き	豚シャブ	赤魚の揚げ煮	酢豚	アジのレモンオイル焼き	鶏の味噌つくね焼き	サバの照り焼き
	付) 若竹煮	酢の物(春雨、人参)	豚肉とナスの味噌炒め	ゴーヤナムル	付) 人参レーズン和え	付) 人参糸コン炒り煮	付) マカロニサラダ
	豚肉のボン酢炒め	人参とツナの卵炒め	昆布サラダ	炊き合わせ	干し大根煮	酢の物(キャベツ・甘酢生姜)	車ふとナスの煮物
	高野ピース煮				ふきと竹輪の金平風	こりと竹輪の卵とじ	きゅうりと若布の酢の物
	エネルギー 435kcal たんぱく質 17g	エネルギー 524kcal たんぱく質 14g	エネルギー 496kcal たんぱく質 15g	エネルギー 477kcal たんぱく質 19g	エネルギー 472kcal たんぱく質 17g	エネルギー 482kcal たんぱく質 22g	エネルギー 468kcal たんぱく質 15g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	ごぼうと鶏の唐揚げ	アジのハーミスタートのせ	牛肉スタミナ焼き	マスの味噌煮	鶏肉の甘辛煮	鮭のゆずこしょう焼き	豚肉の生姜焼き
	枝豆の酢の物	麻婆の揚げ浸し	筑前煮	付) 春雨の中華サラダ	付) 青菜の生姜醤油和え	付) 大根サラダ	付) 春雨の中華和え
	マセドアンサラダ	海藻中華和え	ゴボウサラダ	肉じゃが	高野のそぼろ煮	がんもあらめ煮	キャベツとツナの煮物
				わかめチャンプル	ナスのカレーマリネ	かぼちゃ枝豆あんかけ	じゃが芋とウィンナーの炒め
	エネルギー 562kcal たんぱく質 23g	エネルギー 490kcal たんぱく質 22g	エネルギー 490kcal たんぱく質 18g	エネルギー 502kcal たんぱく質 17g	エネルギー 514kcal たんぱく質 26g	エネルギー 502kcal たんぱく質 18g	エネルギー 527kcal 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