

< 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。

	6／28（月）	6／29（火）	6／30（水）	7／1（木）	7／2（金）	7／3（土）	7／4（日）
昼 食	御飯 鶏肉のレモンオイル焼き 玉葱と竹輪のかき揚げ 炊き合わせ（車ふ・人参） にんじんの胡麻酢和え	御飯 鮭の中華風照焼き 高野のそぼろ煮 ヌードルサラダ 豚肉となすのケチャップ炒め	御飯 トンカツあんかけ煮 三色ナムル ひじき五目煮 竹輪の味噌炒め	御飯 カレイのチャンチャン焼き チャプチエ風炒め 筑前煮 酢の物（わかめ・玉ねぎ・葱）	御飯 なすの肉詰め天 肉じゃが 青菜のぬた 大根のカルボナーラ風	御飯 タチウオの唐揚 玉葱の卵とじ コンニャクの中華風旨煮 イカのオカカ胡麻和え	御飯 親子煮 せんまい煮 キウリとわかめの酢の物 ふきと竹輪のキンピラ風
	エネルギー 517kcal たんぱく質 23g	エネルギー 494kcal たんぱく質 17g	エネルギー 519kcal たんぱく質 18g	エネルギー 462kcal たんぱく質 13g	エネルギー 512kcal たんぱく質 12g	エネルギー 459kcal たんぱく質 15g	エネルギー 502kcal たんぱく質 24g
	御飯 白身魚の梅肉天 大根サラダ 五目キンチャク煮 パンサンスー	御飯 コロッケ キハツの煮浸し コンニャクとシイタケの炒め煮 カボチャのマリネ	御飯 サバの生姜煮 千草焼 わらびとさつま揚げの煮物 なすの香味だれ	御飯 揚鶏の甘酢あんかけ 酢の物（キュウリ、かにか） あらめ煮 ホイコウロウ	御飯 アジのパン粉焼き とうがんの煮物 カレー醤油炒め（イカ、竹輪） 枝豆の酢の物	御飯 ハンバーグ（テリヤキ） シーフードスパゲティ ゴボウの変わりキンピラ もやしと人参の酢の物	御飯 サバのカレー揚げ 青菜のピーナツ炒め ミニ信田巻き しめじの酢の物
	エネルギー 491kcal たんぱく質 13g	エネルギー 492kcal たんぱく質 15g	エネルギー 466kcal たんぱく質 19g	エネルギー 556kcal たんぱく質 27g	エネルギー 467kcal たんぱく質 19g	エネルギー 532kcal たんぱく質 24g	エネルギー 486kcal たんぱく質 18g

※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。

	7／5（月）	7／6（火）	7／7（水）	7／8（木）	7／9（金）	7／10（土）	7／11（日）
昼 食	御飯 赤魚南部天	御飯 鶏肉の照り焼き	御飯 アジの風味焼き	御飯 豚野菜巻き天	御飯 サワラのポテト焼き	御飯 鶏肉うまから唐揚	御飯 アジの生姜焼き
	大根とベーコンのコンソメ煮	青菜揚げ煮	なすミート	ピーマンと荀ピリ辛炒め	梅風味マカロニサラダ	大根の煮物	八宝菜
	アスパラと揚げのねた	そうめんジュレつゆかけ	焼きうどん	さつま芋の甘露煮	酢の物(キュウリ、白きくらげ)	玉葱マリネ	酢の物(キュウリ、春雨)
	キヤハツと蒸し鶏のナムル	里芋いんげん利休煮	レンコンの韓国風和え	枝豆とひじきの酢の物	揚げなすのトマト煮	いんげん竹輪胡麻あえ	オムレツ(カボチャ)
	エネルギー 503kcal たんぱく質 17g	エネルギー 506kcal たんぱく質 23g	エネルギー 506kcal たんぱく質 20g	エネルギー 492kcal たんぱく質 11g	エネルギー 478kcal たんぱく質 17g	エネルギー 547kcal たんぱく質 23g	エネルギー 480kcal たんぱく質 20g
夕 食	御飯 チンジャオロース	御飯 サバの南蛮漬け	御飯 豚肉の生姜焼き	御飯 鮭のレモンオイル焼	御飯 鶏団子の甘酢	御飯 サバの土佐焼き	御飯 鶏肉の磯部揚げ
	にんじんカレーピクルス	しいたけと春雨の炒め物	ジーマンポテト	わかめサラダ	ナポリタン	パンバンジーサラダ	大根サラダ
	昆布煮(にんじん、揚げ)	蒸しカボチャからしあんかけ	星型しんじょうとインゲン煮	すり身団子とふき煮	青菜コーンの煮浸し	にんじんの香味炒め	ブロッコリーの煮浸し
	じゃが芋ホットサラダ	ピーマン突きコン煮	夏なます	にんじんとツナの卵炒め	ゴボウサラダ	干し大根煮	もずくの酢の物
	エネルギー 497kcal たんぱく質 18g	エネルギー 494kcal たんぱく質 15g	エネルギー 493kcal たんぱく質 19g	エネルギー 493kcal たんぱく質 19g	エネルギー 533kcal たんぱく質 18g	エネルギー 466kcal たんぱく質 20g	エネルギー 517kcal 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

< たんぱく塩分調整食献立表 >

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

	6／28（月）	6／29（火）	6／30（水）	7／1（木）	7／2（金）	7／3（土）	7／4（日）
昼 食	御飯 鶏肉のレモンオイル焼き 付) 玉葱と竹輪のかき揚げ 炊き合わせ（車ふ・人参） にんじんの胡麻酢和え	御飯 鮭の中華風照焼 高野のそぼろ煮 ヌードルサラダ エネルギー補給ゼリー80	御飯 トンカツあんかけ煮 付) マカロニサラダ 三色ナムル 竹輪の味噌炒め	御飯 かれいのチャンチャン焼き チャプチエ風炒め 筑前煮 エネルギー補給ゼリー80	御飯 なすの肉詰め天 付) 大根のかるボーナラ風 肉じゃが 青菜のぬた フルーツ缶	御飯 タチウオの唐揚 玉葱の卵とじ コンニャクの中華風旨煮 エネルギー補給ゼリー80	御飯 親子煮 ポテトサラダ ふきと竹輪のキンピラ風
	エネルギー 551kcal たんぱく質 22g	エネルギー 560kcal たんぱく質 18g	エネルギー 560kcal たんぱく質 19g	エネルギー 546kcal たんぱく質 13g	エネルギー 568kcal たんぱく質 11g	エネルギー 546kcal たんぱく質 14g	エネルギー 553kcal たんぱく質 23g
	御飯 白身魚の梅肉天 大根サラダ 五目キンチャク煮 エネルギー補給ゼリー80	御飯 コロッケ カボチャのマリネ アスパラ中華あえ フルーツ缶	御飯 サバの生姜煮 付) ヤングコーン天ぷら なすの香味だれ わらびとさつま揚げの煮物 エネルギー補給ゼリー80	御飯 揚鶏の甘酢あんかけ スクランブルエッグ チリースかけ ホイコウロウ	御飯 アジのパン粉焼き とうがんの煮物 カレー醤油炒め(イカ、竹輪) エネルギー補給ゼリー80	御飯 ハンバーグ(テリヤキ) 付) シーフードスパゲティ もやしとにんじんの酢の物 ゴボウ変わりキンピラ	御飯 サバのカレー揚げ 焼そば しめじの酢の物 フルーツ缶
	エネルギー 567kcal たんぱく質 11g	エネルギー 559kcal たんぱく質 13g	エネルギー 566kcal たんぱく質 15g	エネルギー 596kcal たんぱく質 25g	エネルギー 565kcal たんぱく質 18g	エネルギー 565kcal たんぱく質 20g	エネルギー 566kcal たんぱく質 15g

※塩分：2 g 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180 g (エネルギー302kcal・たんぱく質4.5g) が含まれています。

	7／5（月）	7／6（火）	7／7（水）	7／8（木）	7／9（金）	7／10（土）	7／11（日）
昼 食	御飯 赤魚南部天 付) オムレツ(三色ピーマン) アスパラと揚げのぬた キヤバッヒ蒸し鶏のナムル フルーツ缶	御飯 鶏肉の照り焼き 付け) おくら素揚げ 青菜揚げ煮 そうめんジュレつゆかけ フルーツ缶	御飯 アジの風味焼き 付) 金時豆煮 なすミート 焼きうどん	御飯 豚野菜巻き天 付) さつま芋の甘露煮 おかか炒め(キャベツ、揚げ) ピーマンとタケノコピリ辛炒め	御飯 サワラのポテト焼き 付) もやしのかき揚 梅風味マカロニサラダ 夏野菜の煮物	御飯 鶏肉うまから唐揚 キャベツピーナツ炒め 玉葱マリネ	御飯 アジの生姜焼き 煮浸し(青菜、赤ピーマン) 八宝菜 エネルギー補給ゼリー80
	エネルギー 561kcal たんぱく質 18g	エネルギー 559kcal たんぱく質 21g	エネルギー 554kcal たんぱく質 20g	エネルギー 544kcal たんぱく質 15g	エネルギー 557kcal たんぱく質 19g	エネルギー 561kcal たんぱく質 21g	エネルギー 549kcal たんぱく質 17g
	御飯 チンジャオロース 付) 玉葱とニラのかき揚 にんじんカレーピーチルス じゃが芋ホットサラダ	御飯 サバの南蛮漬け シイタケと春雨の炒め物 ピーマン突きこん煮 エネルギー補給ゼリー80	御飯 豚肉の生姜焼き (付) 煮浸し ジーヤーマンポンテ 星型しんじょうとインゲン煮 エネルギー補給ゼリー80	御飯 鮭のレモンオイル焼き 付) 豚肉のポン酢炒め すり身団子と蕗煮 にんじんとツナの卵炒め エネルギー補給ゼリー80	御飯 鶏団子の甘酢 ナポリタン ゴボウサラダ	御飯 サバの土佐焼 付) カレーかき揚げ にんじんの香味炒め 干し大根煮 エネルギー補給ゼリー80	御飯 鶏肉の磯部揚げ 大根サラダ じゃが芋の高野そぼろあんかけ フルーツ缶 エネルギー補給ゼリー80
	エネルギー 576kcal たんぱく質 17g	エネルギー 571kcal たんぱく質 15g	エネルギー 569kcal たんぱく質 19g	エネルギー 580kcal たんぱく質 19g	エネルギー 558kcal たんぱく質 19g	エネルギー 561kcal たんぱく質 17g	エネルギー 564kcal たんぱく質 21g

※塩分：2 g 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。

	6／28（月）	6／29（火）	6／30（水）	7／1（木）	7／2（金）	7／3（土）	7／4（日）
昼 食	御飯 鶏肉のレモンオイル焼き 長いも煮 にんじんの胡麻酢和え	御飯 鮭の中華風照焼き 付) ヌードルサラダ 高野のそぼろ煮 豚肉となすのケチャップ炒め	御飯 トンカツあんかけ煮 付け) 三色ナムル ひじき五目煮 竹輪の味噌炒め	御飯 かれいのチャンチャン焼き 付) 酢の物（わかめ・玉ねぎ） チャプチ風炒め 筑前煮	御飯 なすの肉詰め天 高野チャンプル 大根のカルボナーラ風	御飯 タチウオの唐揚 付) インゲンおかか胡麻和え 玉葱の卵とじ コンニャクの中華風旨煮	御飯 親子煮 キュウリとわかめの酢の物 ふきと竹輪の金平風
	エネルギー 533kcal たんぱく質 23g	エネルギー 494kcal たんぱく質 17g	エネルギー 511kcal たんぱく質 18g	エネルギー 454kcal たんぱく質 13g	エネルギー 498kcal たんぱく質 10g	エネルギー 468kcal たんぱく質 17g	エネルギー 484kcal たんぱく質 23g
	御飯 白身魚の梅肉天 五目キンチャク煮 パンサンスー	御飯 コロッケ カボチャのマリネ アスパラ中華あえ	御飯 サバの生姜煮 付け) 千草焼 わらびとさつま揚げの煮物 なすの香味だれ	御飯 揚鶏の甘酢あんかけ あらめ煮 ホイコウロウ	御飯 アジのパン粉焼き 付) カレー醤油炒め とうがんの煮物 枝豆の酢の物	御飯 ハンバーグ(テリヤキ) 付) シーフードスパゲティー ゴボウの変わり金平 もやしとにんじんの酢の物	御飯 サバのカレー揚げ 付) 焼そば ミニ信田巻き しめじの酢の物
	エネルギー 470kcal たんぱく質 9g	エネルギー 501kcal たんぱく質 13g	エネルギー 474kcal たんぱく質 19g	エネルギー 550kcal たんぱく質 27g	エネルギー 490kcal たんぱく質 18 g	エネルギー 532kcal たんぱく質 20g	エネルギー 530kcal 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

< 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。

	7／5（月）	7／6（火）	7／7（水）	7／8（木）	7／9（金）	7／10（土）	7／11（日）
昼 食	御飯 赤魚南部天 付) アスパラと揚げのぬた 大根とベーコンのコンソメ煮 キャベツと蒸し鶏のナムル	御飯 鶏肉の照り焼き 付) ひじきサラダ そうめんジュレつゆかけ 里芋いんげん利休煮	御飯 アジの風味焼き 付) レンコンの韓国風和え なすミート 焼きうどん	御飯 豚野菜巻き天 付け) さつま芋の甘露煮 ピーマンと筍ビリ辛炒め 枝豆とひじきの酢の物	御飯 サワラのポテト焼き 付) 梅風味マカロニサラダ 酢の物(キュウリ、白きくらげ) 揚げなすのトマト煮	御飯 鶏肉うまから唐揚 大根の煮物 玉葱マリネ	御飯 アジの生姜焼き 付) オムレツ(カボチャ) 八宝菜 酢の物(キュウリ、春雨)
	エネルギー 497kcal たんぱく質 17g	エネルギー 540kcal たんぱく質 22g	エネルギー 535kcal たんぱく質 18g	エネルギー 502kcal たんぱく質 11g	エネルギー 477kcal たんぱく質 17g	エネルギー 529kcal たんぱく質 23g	エネルギー 480kcal たんぱく質 20g
	御飯 チンジャオロース 昆布煮 じゃが芋ホットサラダ	御飯 サバの南蛮漬け しいたけと春雨の炒め物 ヒーマン突きこん煮	御飯 豚肉の生姜焼き 星型しんじょうとインゲン煮 夏なます	御飯 鮭のレモンオイル焼き 付け) わかめサラダ 豚肉のポン酢炒め すり身団子とふき煮	御飯 鶏団子の甘酢 ナポリタン ゴボウサラダ	御飯 サバの土佐焼き 付) 青菜シーフードリーフ バンバンジーサラダ にんじんの香味炒め	御飯 鶏肉の磯部揚げ 大根サラダ もずくの酢の物
	エネルギー 494kcal たんぱく質 17g	エネルギー 461kcal たんぱく質 14g	エネルギー 450kcal たんぱく質 20g	エネルギー 478kcal たんぱく質 17g	エネルギー 519kcal たんぱく質 18g	エネルギー 480kcal たんぱく質 19g	エネルギー 508kcal 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