

＜ 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。

	7/26 (月)	7/27 (火)	7/28 (水)	7/29 (木)	7/30 (金)	7/31 (土)	8/1 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏肉の天ぷら	ホッケの漬焼	酢豚	アジのさんが焼	鶏肉のしょうが煮	サワラのネーズ焼き	肉団子のケチャップ煮
	とうがんの煮物	インゲン揚げ煮	野菜のオニオン炒め	豚肉のポン酢炒め	じゃが芋の煮物	ホイコウロウ	インゲンとツナの煮物
	青菜のぬた	マーボー春雨	なすの香味だれ	ごうやチャンプル	酢の物(大根、わかめ)	しめじの酢の物	干し大根煮
	玉ねぎの卵とじ	人参とツナの卵炒め	もやし胡麻酢和え	酢の物(キュウリ、白きくらげ)	春雨の中華サラダ	ポテトサラダ	酢の物(キュウリ、竹輪)
	エネルギー 522kcal たんぱく質 23g	エネルギー 468kcal たんぱく質 17g	エネルギー 502kcal たんぱく質 18g	エネルギー 465kcal たんぱく質 18g	エネルギー 531kcal たんぱく質 21g	エネルギー 490kcal たんぱく質 14g	エネルギー 547kcal たんぱく質 27g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鮭の青しそオイル焼き	チンジャオロース	煮サバ	タンドリーフライドチキン	揚げカレイの野菜あんかけ	トンカツ卵とじ	サバの土佐焼
	煮物（大根・がんも・花ふ）	酢の物(キュウリ、らっきょう)	山くらげの金平風	高野のそぼろ煮	マカロニサラダ	人参のごま酢和え	大豆の甘から煮
	カリフラワー・リンチマリネ	三色金平	チリコンカン	ブロッコリーごま炒め	チンゲンサイ豚炒め	ビーフカレー炒め	キャベツ°クルス
	蒸し鶏と野菜の和風炒め	ひじきサラダ	もずくの酢の物	ナムルもやし	夏なます	玉ねぎの和風ソテー	オムレツ(蟹かま、ねぎ)
	エネルギー 466kcal たんぱく質 16g	エネルギー 513kcal たんぱく質 18g	エネルギー 487kcal たんぱく質 21g	エネルギー 548kcal たんぱく質 24g	エネルギー 464kcal たんぱく質 14g	エネルギー 543kcal たんぱく質 20g	エネルギー 489kcal たんぱく質 22g

※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。



＜ 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。

	8 / 2 (月)	8 / 3 (火)	8 / 4 (水)	8 / 5 (木)	8 / 6 (金)	8 / 7 (土)	8 / 8 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉とナスの中華炒め	サバの生姜ソテー	煮込みハンバーグ	カレーの味噌焼	鶏団子の甘酢	鮭の野菜あんかけ	なすの肉詰め天
	煮浸し	イタリアン金平	春雨サラダ	付け) コーンのつまみ揚げ	人参とこんにゃくの ピーナツ和え	高野となすの煮物	酢の物 (わかめ・玉ねぎ)
	こんぶの金平	五目煮	じゃが芋の酢の物	わかめサラダ	マカロニサラダ	わかめの卵とじ	大根の煮物
	かぼちゃのマリネ	ブロッコリーオニオン炒め	大根炒め煮	八宝菜 青菜揚げ煮	酢の物(しめじ、刻みこんぶ)	酢の物 (大根・ねぎ)	スパゲティサラダ
	エネルギー 514kcal たんぱく質 14g	エネルギー 468kcal たんぱく質 17g	エネルギー 523kcal たんぱく質 12g	エネルギー 488kcal たんぱく質 15g	エネルギー 503kcal たんぱく質 17g	エネルギー 481kcal たんぱく質 16g	エネルギー 467kcal たんぱく質 11g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレーの錦揚げ	肉じゃがコロッケ	アジの照り焼き	鶏肉のいそべ揚げ	サバのショウガ煮	豚肉の照味噌炒め	アジの田楽焼
	人参の香味炒め	中華風卵とじ	もずくの酢の物	酢の物(キュウリ、カニカマ)	春雨のジャージャー炒め	青菜と竹輪の中華炒め	ごぼうサラダ
	バンサンスー	ひじき五目煮	キャベツと蒸し鶏のナムル	炊き合わせ	蒸し鶏とわかめの炒り煮	ふきと車ふの煮物	焼そば
	高野豆腐煮	枝豆酢の物	カレーしょうゆ炒め	インゲンソテー	糸うりの酢の物	金時豆煮	キャベツと炒り卵の酢の物
	エネルギー 472kcal たんぱく質 15g	エネルギー 522kcal たんぱく質 14g	エネルギー 456kcal たんぱく質 20g	エネルギー 528kcal たんぱく質 25g	エネルギー 485kcal たんぱく質 20g	エネルギー 513kcal たんぱく質 21g	エネルギー 544kcal 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。



＜ 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。

	7/26 (月)	7/27 (火)	7/28 (水)	7/29 (木)	7/30 (金)	7/31 (土)	8/1 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏肉の天婦羅	ホッケの漬焼	酢豚	アジのさんが焼	鶏肉のしょうが煮	サワラのネーズ焼き	肉団子のケチャップ煮
	アスパラ胡麻たれ和え	マーボー春雨	青菜煮浸し	豚肉のポン酢炒め	じゃが芋の煮物	付) ヤングコーン天ぷら	インゲンとツケの煮物
	とうがんの煮物	人参とツナの卵炒め	野菜のオスター炒め	ごうやチャンプル	春雨の中華サラダ	ホイコウロウ	干し大根煮
	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	フルーツ缶	ポテトサラダ	フルーツ缶
	エネルギー 559kcal たんぱく質 21g	エネルギー 568kcal たんぱく質 17g	エネルギー 573kcal たんぱく質 17g	エネルギー 555kcal たんぱく質 19g	エネルギー 560kcal たんぱく質 21g	エネルギー 568kcal たんぱく質 16g	エネルギー 503kcal たんぱく質 18g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鮭の青しそオイル焼き	チンジャオロース	煮サバ	タンドリーフライドチキン	揚げかいの野菜あんかけ	トンカツ卵とじ	サバの土佐焼
	付) カリフラワーレンチマリネ	付) かき揚げ	付) ゴボウのかき揚げ	炊き合わせ	マカロニサラダ	人参のごま酢和え	大豆の甘から煮
	ジャーマンポテト	三色金平	山くらげの金平風	ナムルもやし	チンゲンサイ豚炒め	ビーフカレー炒め	キャベツ°クルス
煮物（大根・がんも・花ふ）	レンコンカレー炒め フルーツ缶	チリコンカン	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 559kcal たんぱく質 14g	エネルギー 549kcal たんぱく質 19g	エネルギー 557kcal たんぱく質 22g	エネルギー 573kcal たんぱく質 21g	エネルギー 559kcal たんぱく質 13g	エネルギー 555kcal たんぱく質 21g	エネルギー 543kcal 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。



＜ 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。

	8 / 2 (月)	8 / 3 (火)	8 / 4 (水)	8 / 5 (木)	8 / 6 (金)	8 / 7 (土)	8 / 8 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉とナスの中華炒め	サバの生姜ソテー	煮込みハンバーグ	カレーの味噌焼	鶏団子の甘酢あえ	鮭の野菜あんかけ	なすの肉詰め天
	付) ゴーヤかき揚げ	付け) おくらの素揚げ	付) 春雨サラダ	付け) コーンのつまみ揚げ	付) マカロニサラダ	付) 酢の物 (大根・ねぎ)	大根の煮物
	煮浸し	イタリョ金平	じゃが芋の酢の物	八宝菜	人参とコンニャクの ピーナツ和え	しぐれ煮	パケティサラダ
	かぼちゃのマリネ	五目煮 エネルギー補給ゼリー-80	大根炒め煮	青菜揚げ煮 エネルギー補給ゼリー-80	ゴボウ煮 フルーツ缶	高野となすの煮物 エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80
	エネルギー 574kcal たんぱく質 15g	エネルギー 572kcal たんぱく質 17g	エネルギー 553kcal たんぱく質 17g	エネルギー 569kcal たんぱく質 18g	エネルギー 562kcal たんぱく質 18g	エネルギー 576kcal たんぱく質 17g	エネルギー 552kcal たんぱく質 10g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレーの錦揚げ	肉じゃがコロッケ	アジの照り焼き	鶏肉のいそべ揚げ	サバのショウガ煮	豚肉の照味噌炒め	アジの田楽焼
	付) レンコンわさびサラダ	中華風卵とじ	カレーしょうゆ炒め	炊き合わせ	春雨のジャージャー炒め	付け) ヤングコーン素揚げ	付) 焼そば
	人参の香味炒め	ピーマンの甘から煮	キャベツと蒸し鶏のナムル	インゲンソテー	ピーマンじゃこ炒め	青菜と竹輪の中華炒め	キャベツと炒り卵の酢の物
	バンサンスー	フルーツ缶	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	ふきと車ふの煮物 フルーツ缶	肉じゃが
	エネルギー 542kcal たんぱく質 16g	エネルギー 545kcal たんぱく質 15g	エネルギー 557kcal たんぱく質 17g	エネルギー 550kcal たんぱく質 22g	エネルギー 549kcal たんぱく質 16g	エネルギー 546kcal たんぱく質 16g	エネルギー 584kcal 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。

	7/26 (月)	7/27 (火)	7/28 (水)	7/29 (木)	7/30 (金)	7/31 (土)	8/1 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏肉の天ぷら	ホッケの漬焼	酢豚	アジのさんが焼	鶏肉のしょうが煮	サワラのネーズ焼き	肉団子のケチャップ煮
	とうがんの煮物	付け) マーボー春雨	付け) 青菜煮浸し	付け) ごうやチャンプル	酢の物(大根、わかめ)	付け) しめじの酢の物	干し大根煮
	青菜のめた	大根ときゅうりの三杯酢あえ	野菜のオイスター炒め	豚肉のポン酢炒め	春雨の中華サラダ	ホイコウロウ	酢の物(キュウリ、竹輪)
		人参とツナの卵炒め	なすの香味だれ	酢の物(キュウリ、白きくらげ)		ポテトサラダ	
	エネルギー 511kcal たんぱく質 20g	エネルギー 464kcal たんぱく質 18g	エネルギー 486kcal たんぱく質 17g	エネルギー 470kcal たんぱく質 19g	エネルギー 508kcal たんぱく質 24g	エネルギー 494kcal たんぱく質 14g	エネルギー 528kcal たんぱく質 24g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鮭の青しそオイル焼き	チンジャオロース	煮サバ	タンドリーフライドチン	揚げカレイの野菜あんかけ	トンカツ卵とじ	サバの土佐焼
	付け) カリフラワーリンチマリネ	酢の物(キュウリ、らっきょう)	コンニャクの中華風旨煮	炊き合わせ	付け) マカロニサラダ	人参のごま酢和え	付) オムレツ
	煮物 (大根・がんと・花ふ)	三色金平	付け) 山くらげの金平風	ブロッコリーごま炒め	チンゲンサイ豚炒め	玉ねぎの和風ソテー	大豆の甘から煮
	蒸し鶏と野菜の和風炒め	ひじきサラダ	チリコンカン		夏なます		キャベツ°ｸﾙｽ
エネルギー 475kcal たんぱく質 17g	エネルギー 515kcal たんぱく質 18g	エネルギー 498kcal たんぱく質 25g	エネルギー 533kcal たんぱく質 24g	エネルギー 486kcal たんぱく質 15g	エネルギー 522kcal たんぱく質 20g	エネルギー 468kcal 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。



＜ 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。

	8 / 2 (月)	8 / 3 (火)	8 / 4 (水)	8 / 5 (木)	8 / 6 (金)	8 / 7 (土)	8 / 8 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉とナスの中華炒め	サバの生姜ソテー	煮込みハンバーグ	カレイの味噌焼	鶏団子の甘酢	鮭の野菜あんかけ	なすの肉詰め天
	煮浸し	付) 五目煮	春雨サラダ	付け) コーンのつまみ揚げ	人参とこんにゃくの ピーナツ和え	付) わかめの卵とじ	付) スパゲティサラダ
	かぼちゃのマリネ	酢の物 (キュウリ・しょうが)	大根炒め煮	わかめサラダ	マカロニサラダ	高野となすの煮物	酢の物 (わかめ・玉ねぎ)
		イタリアン金平		八宝菜		酢の物 (大根・ねぎ)	大根の煮物
	エネルギー 502kcal たんぱく質 15g	エネルギー 483kcal たんぱく質 17g	エネルギー 513kcal たんぱく質 10g	エネルギー 485kcal たんぱく質 17g	エネルギー 506kcal たんぱく質 17g	エネルギー 481kcal たんぱく質 16g	エネルギー 468kcal たんぱく質 10g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレイの錦揚げ	肉じゃがコロッケ	アジの照り焼き	鶏肉のいそべ揚げ	サバのショウガ煮	豚肉の照味噌炒め	アジの田楽焼
	バンサンスー	中華風卵とじ	付け) カレーしょうゆ炒め	酢の物(キュウリ、カニカマ)	付け) 春雨のジャージャー炒め	付) 金時豆煮	付) 焼そば
	レンコンわさびサラダ	枝豆酢の物	キャベツと蒸し鶏のナムル	炊き合わせ	蒸し鶏とわかめの炒り煮	ふきと車ふの煮物	ごぼうサラダ
			夏野菜の煮物		糸うりの酢の物	もやしと人参の酢の物	キャベツと炒り卵の酢の物
	エネルギー 496kcal たんぱく質 17g	エネルギー 511kcal たんぱく質 15g	エネルギー 463kcal たんぱく質 20g	エネルギー 513kcal たんぱく質 25g	エネルギー 475kcal たんぱく質 18g	エネルギー 505kcal たんぱく質 22g	エネルギー 526kcal 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。



モルツウエル株式会社