

＜ 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。

	9 / 6 (月)	9 / 7 (火)	9 / 8 (水)	9 / 9 (木)	9 / 10 (金)	9 / 11 (土)	9 / 12 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレイの照り焼き	鶏のトマトオイル焼き	白身魚の錦揚げ	トンカツ卵とじ	サバの味噌煮	鶏団子煮	鮭のおろし煮
	ブロッコリー天	ひじきサラダ	肉じゃがキムチ	キャベツ、ベーコン煮	付け) 華かまぼこ	青菜しめじ煮	きのこのかき揚げ
	かぼちゃのそぼろ煮	キャベツと炒り卵の酢の物	チリコンカン	オクラのゴマ和え	ポテトベーコンサラダ	大根がんもニンジン煮	ホイコーロー
	大根のカルボナーラ風	にんじんの香味炒め	もやしゴマ酢和え	酢の物 (わかめ・玉ねぎ・ツナ)	刻み昆布の金平	コールスローサラダ	バンサンスー
	絹厚揚げ絹さや煮				高野のそぼろ煮		
	エネルギー 473kcal たんぱく質 12g	エネルギー 538kcal たんぱく質 22g	エネルギー 510kcal たんぱく質 15g	エネルギー 522kcal たんぱく質 18g	エネルギー 481kcal たんぱく質 17g	エネルギー 548kcal たんぱく質 18g	エネルギー 464kcal たんぱく質 13g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すき焼き風	鮭南蛮	豚肉のゴマ生姜焼	アジの照り焼き	メンチカツ	赤魚南部天	お好み焼き風天ぷら
	マカロニサラダ	ポテトサラダ	三色金平	煮浸し(青菜、赤ピー)	キャベツナムル	スパゲティサラダ	もやしの中華風卵とじ
	チャプチェ風炒め	豚肉となすの味噌炒め	炊き合わせ (高野・ニンジン・椎茸)	炊き合わせ (車麩・ニンジン・絹さや)	ぜんまい煮	ゴボウそぼろチャンプル	あらめ煮
	ニラの卵とじ	青菜のピーナツ和え	昆布サラダ	酢の物(大根、ユズ)	ナスの利休煮	人参カレーピクルス	大根サラダ
				蒸し鶏と野菜の和風炒め			
	エネルギー 502kcal たんぱく質 18g	エネルギー 482kcal たんぱく質 12g	エネルギー 484kcal たんぱく質 16g	エネルギー 454kcal たんぱく質 15g	エネルギー 514kcal たんぱく質 17g	エネルギー 478kcal たんぱく質 14g	エネルギー 525kcal たんぱく質 17g

※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。

	9 / 1 3 (月)	9 / 1 4 (火)	9 / 1 5 (水)	9 / 1 6 (木)	9 / 1 7 (金)	9 / 1 8 (土)	9 / 1 9 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	タンドリーフライドチキン	カレーの野菜リソースかけ	鶏のつくね焼	アジのレモンオイル焼き	鶏肉のマイルドカレー焼	鮭の西京焼き	親子煮
	青菜のピーナツ和え	マカロニの梅しそサラダ	焼そば	蒸し鶏とわかめの炒り煮	ふるふき大根ゴマ味噌だれ	山吹和え	コールスローサラダ
	ゴボウの変わり金平	春雨のジャージャー炒め	昆布煮(ニンジン、揚げ)	玉ねぎの卵とじ	もずくの酢の物	チンジャオロース	オクラのわさび和え
	レンコンペロンチーノ	大豆とひじきの中華煮	三色ナムル	ひじきサラダ	キャベツ、ベーコン煮	かぼちゃインゲン煮	酢の物 (しめじ、刻み昆布)
	エネルギー 522kcal たんぱく質 20g	エネルギー 463kcal たんぱく質 14g	エネルギー 505kcal たんぱく質 18g	エネルギー 474kcal たんぱく質 17g	エネルギー 514kcal たんぱく質 20g	エネルギー 460kcal たんぱく質 15g	エネルギー 491kcal たんぱく質 22g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サバの照り焼き	なすの肉詰め天	マスの味噌煮	豚肉の味噌炒め	赤魚の揚げおろし煮	ハンバーグ	サバの生姜煮
	わかめサラダ	ニンジンのゴマ酢和え	卵サラダ	ツナサラダ	青菜とエノキの梅和え	酢の物(大根、ハム)	じゃが芋の酢の物
	八宝菜	筑前煮	炊き合わせ	マーボー豆腐	なすと鶏肉の南蛮煮	コンニャクの中華風旨煮	なすのオランダ煮
	なすミート	スパゲティサラダ	青菜のウイナー炒め	インゲン揚げ煮	五目煮	れんこんカレー金平	千草焼きあんかけ
	エネルギー 495kcal たんぱく質 16g	エネルギー 508kcal たんぱく質 13g	エネルギー 503kcal たんぱく質 18g	エネルギー 504kcal たんぱく質 19g	エネルギー 492kcal たんぱく質 17g	エネルギー 560kcal たんぱく質 22g	エネルギー 493kcal たんぱく質 17g

※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。

	9 / 6 (月)	9 / 7 (火)	9 / 8 (水)	9 / 9 (木)	9 / 10 (金)	9 / 11 (土)	9 / 12 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレイの照り焼き	鶏のトマトオイル焼き	白身魚の錦揚げ	トンカツ卵とじ	サバの味噌煮	鶏団子煮	鮭のおろし煮
	付) 大根のカルボナーラ風	キャベツと炒り卵の酢の物	肉じゃがキムチ	キャベツ、ベーコン煮	付け) 華かまぼこ	大根がんもニンジン煮	ホイコーロー
	かぼちゃのそぼろ煮	にんじんの香味炒め	細切高野の卵とじ	オクラのゴマ和え	ポテトベーコンサラダ	コールスローサラダ	バンサンスー
	絹厚揚げ絹さや煮	フルーツ缶	フルーツ缶	フルーツ缶	高野のそぼろ煮	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				エネルギー補給ゼリー-80		
	エネルギー 568kcal たんぱく質 14g	エネルギー 555kcal たんぱく質 24g	エネルギー 535kcal たんぱく質 17g	エネルギー 556kcal たんぱく質 13g	エネルギー 566kcal たんぱく質 18g	エネルギー 577kcal たんぱく質 18g	エネルギー 558kcal たんぱく質 14g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すき焼き風	鮭南蛮	豚肉のゴマ生姜焼き	アジの照り焼き	メンチカツ	赤魚南部天	お好み焼き風天ぷら
	チャプチェ風炒め	付け) ポテトサラダ	三色金平	付け) ヤングコーン素揚げ	キャベツナムル	付け) にんじんカレーポウチ	もやしの中華風卵とじ
	マカロニサラダ	豚肉となすの味噌炒め	炊き合わせ (高野・ニンジン・椎茸)	酢の物(大根、ユズ)	レンコンのわさびサラダ	スパゲティサラダ	大根サラダ
	フルーツ缶	青菜のピカタ和え	エネルギー補給ゼリー-80	蒸し鶏と野菜の和風炒め	フルーツ缶	ゴボウそぼろチャンプル	フルーツ缶
				エネルギー補給ゼリー-80			
	エネルギー 549kcal たんぱく質 19g	エネルギー 526kcal たんぱく質 14g	エネルギー 568kcal たんぱく質 18g	エネルギー 555kcal たんぱく質 16g	エネルギー 566kcal たんぱく質 18g	エネルギー 537kcal たんぱく質 16g	エネルギー 553kcal 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。



＜ 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。

	9/13 (月)	9/14 (火)	9/15 (水)	9/16 (木)	9/17 (金)	9/18 (土)	9/19 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	タンドリーフライドチキン	カレーの野菜フリースかけ	鶏のつくね焼き	アジのレモンオイル焼き	鶏肉のマイルドカレー焼き	鮭の西京焼き	親子煮
	青菜のピリナツ和え	付け) ヤングコーン天ぷら	付け) 三色ナムル	付け) オクラの素揚げ	付) きのこのかき揚げ	付け) カリフラワーカレーピラカス	コールスローサラダ
	たまねぎマリネ	マカヒの梅しそサラダ	焼そば	干大根の三杯酢	ふるふき大根ゴマ味噌だれ	山吹和え	春雨の中華炒め
		春雨のジャージャー炒め	大根とちくわの煮物	たまねぎの卵とじ	キャベツ、ベーコン煮	チンジャオロース	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		エネルギー補給ゼリー-80	
	エネルギー 571kcal たんぱく質 22g	エネルギー 596kcal たんぱく質 14g	エネルギー 556kcal たんぱく質 20g	エネルギー 539kcal たんぱく質 15g	エネルギー 578kcal たんぱく質 21g	エネルギー 556kcal たんぱく質 16g	エネルギー 582kcal たんぱく質 26g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サバの照り焼き	なすの肉詰め天	マスの味噌煮	豚肉の味噌炒め	赤魚の揚げおろし煮	ハンバーグ	サバの生姜煮
	付け) もやしとエダマメのかき揚げ	付け) 玉子焼き	卵サラダ	付) しめじの酢の物	付) ゴボウサラダ	酢の物	じゃが芋の酢の物
	八宝菜	筑前煮	青菜のウイナー炒め	ツナサラダ	なすと鶏肉の南蛮煮	コンニャクの中華風旨煮	なすのオランダ煮
	なすミート	スパゲティサラダ	エネルギー補給ゼリー-80	マーボー豆腐	もやしゴマ酢和え	フルーツ缶	エネルギー補給ゼリー-80
	フルーツ缶	フルーツ缶		フルーツ缶	フルーツ缶		
	エネルギー 543kcal たんぱく質 17g	エネルギー 537kcal たんぱく質 12g	エネルギー 565kcal たんぱく質 14g	エネルギー 569kcal たんぱく質 19g	エネルギー 537kcal たんぱく質 12g	エネルギー 560kcal たんぱく質 22g	エネルギー 543kcal 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。

	9/6 (月)	9/7 (火)	9/8 (水)	9/9 (木)	9/10 (金)	9/11 (土)	9/12 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレイの照り焼き	鶏のトマトオイル焼き	白身魚の錦揚げ	トンカツ卵とじ	サバの味噌煮	鶏団子煮	鮭のおろし煮
	付け) フロccoli-天	キャベツと炒り卵の酢の物	付け) もやし胡麻酢和え	オクラのゴマ和え	付け) 酢の物(きゅうり、かにかま)	青菜としめじの煮物	付け) きのこのかき揚げ
	かぼちゃのそぼろ煮	にんじんの香味炒め	細切高野の卵とじ	酢の物 (わかめ・玉ねぎ・ツナ)	ポテトベーコンサラダ	コールスローサラダ	ホイコーロー
	大根のカルボナーラ風		チリコンカン		高野のそぼろ煮		バンサンスー
	エネルギー 494kcal たんぱく質 14g	エネルギー 508kcal たんぱく質 23g	エネルギー 499kcal たんぱく質 20g	エネルギー 514kcal たんぱく質 19g	エネルギー 480kcal たんぱく質 17g	エネルギー 516kcal たんぱく質 22g	エネルギー 489kcal たんぱく質 16g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すき焼き風	鮭南蛮	豚肉のごま生姜焼き	アジの照り焼き	メンチカツ	赤魚南部天	お好み焼き風天ぷら
	マカロニサラダ	ポテトサラダ	付け) カラワ-ピ°カス	付け) 酢の物(大根、ゆず)	キャベツナムル	付け) にんじんカレー°カス	付け) 大根サラダ
	チャプチェ風炒め	豚肉となすの味噌炒め	炊き合わせ (高野・ニンジン) 昆布サラダ	炊き合わせ (麩・にんじん) 蒸し鶏と野菜の和風炒め	レンコンのわさびサラダ	スパゲティサラダ	あらめ煮 もやしの中華風卵とじ
		エネルギー 490kcal たんぱく質 20g	エネルギー 475kcal たんぱく質 14g	エネルギー 479kcal たんぱく質 17g	エネルギー 458kcal たんぱく質 17g	エネルギー 535kcal たんぱく質 18g	エネルギー 478kcal たんぱく質 14g

※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。

	9/13 (月)	9/14 (火)	9/15 (水)	9/16 (木)	9/17 (金)	9/18 (土)	9/19 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	タンドリーフライドチキン	カレーの野菜フリースかけ	鶏のつくね焼き	アジのレモンオイル焼き	鶏肉のマイルドカレー焼き	鮭の西京焼き	親子煮
	青菜のピーナツ和え	付け) マカロニの梅しそサラダ	付け) 焼そば	付け) ひじきサラダ	付け) キャベツ、ベーコン煮	付け) カリフラワーカレーピラフ	コールスローサラダ
	ゴボウの変わり金平	春雨のジャージャー炒め	昆布煮	干大根の三杯酢	ふるふき大根ゴマ味噌だれ	山吹和え	春雨の中華炒め
		酢の物(きゅうり・白きくらげ)	三色ナムル	蒸し鶏とわかめの炒り煮	もずくの酢の物	チンジャオロース	
	エネルギー 503kcal たんぱく質 21g	エネルギー 480kcal たんぱく質 13g	エネルギー 513kcal たんぱく質 20g	エネルギー 480kcal たんぱく質 18g	エネルギー 514kcal たんぱく質 21g	エネルギー 446kcal たんぱく質 15g	エネルギー 537kcal たんぱく質 24g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サバの照り焼き	なすの肉詰め天	マスの味噌煮	豚肉の味噌炒め	赤魚の揚げおろし煮	ハンバーグ	サバの生姜煮
	付け) わかめサラダ	付け) ニンジンのゴマ酢和え	卵サラダ	ツナサラダ	なすと鶏肉の南蛮煮	酢の物(大根、ハム)	付け) 千草焼きあんかけ
	八宝菜	筑前煮	炊き合わせ	マーボー豆腐	五目煮	コンニャクの中華風旨煮	じゃが芋の酢の物
	なすミート	スパゲティサラダ					ふきと車麩の煮物
	エネルギー 495kcal たんぱく質 18g	エネルギー 493kcal たんぱく質 13g	エネルギー 471kcal たんぱく質 18g	エネルギー 504kcal たんぱく質 20g	エネルギー 496kcal たんぱく質 19g	エネルギー 540kcal たんぱく質 23g	エネルギー 476kcal 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