



←公式LINE@から1対1のやりとりができます！

< 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。

	4/18 (月)	4/19 (火)	4/20 (水)	4/21 (木)	4/22 (金)	4/23 (土)	4/24 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すき焼き風	アジの天婦羅	ピーマン肉詰め	赤魚の揚げ煮	チンジャオロース	サワラのカレー煮	鶏肉のオランダ煮
	パロツコリ味噌サラダ	ツナサラダ	きのこのオイスター炒め	ピーマン炒め	おかか炒め(竹輪、玉葱)	肉じゃが	細切高野の卵とじ
	煮物(大根、人参、インゲン)	茶蕎麦 (ジュレかけ)	スパオロサラダ	スクランブルエッグフリソースかけ	ピーマン突きコン煮	茄子の揚げ煮	もやしの炸醤炒め
	三色ピーマン胡麻炒め	露の金平風	キャベツパコソ炒め	山くらげの金平風	大根サラダ	干し大根の酢の物	酢の物(春雨、人参)
エネルギー 489kcal たんぱく質 16g	エネルギー 486kcal たんぱく質 14g	エネルギー 503kcal たんぱく質 15g	エネルギー 514kcal たんぱく質 16g	エネルギー 490kcal たんぱく質 17g	エネルギー 463kcal たんぱく質 16g	エネルギー 524kcal たんぱく質 23g	
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サバの韓国風煮	鶏肉のケチャップ照り焼き	マス南蛮	酢豚	カレイの胡麻天ぷら	コロッケ	マスの揚げ煮
	新玉葱のかき揚げ	しめじの酢の物	マーボー大根	青菜揚げ煮	若布の卵とじ	ヌードルサラダ	付け合わせ
	ナスと豚肉の塩だれ炒め	高野のそぼろ煮	南瓜煮	筑前煮	キャベツと蒸し鶏のソテー	ゴボウの胡麻酢和え	大根がんも煮
	筍とカニカマの酢味噌和え	五目巾着煮	三色ナムル	カリフラワー胡麻エビ和え	蓮根の梅酢煮	煮浸し(青菜、竹輪)	三色豆煮 人参の胡麻酢和え
エネルギー 501kcal たんぱく質 15g	エネルギー 537kcal たんぱく質 29g	エネルギー 483kcal たんぱく質 13g	エネルギー 481kcal たんぱく質 16g	エネルギー 473kcal たんぱく質 13g	エネルギー 525kcal たんぱく質 12g	エネルギー 474kcal 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。

お弁当と一緒に朝食セットもお届けします！

天然酵母パン&伊藤園ジュース(200ML)

税込260円 ←配達料0円



＜ 普通食献立表 ＞

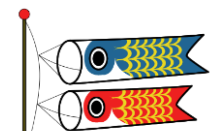
*下記の栄養価に、御飯160g（エネルギー269kcal・たんぱく質4.0g）が含まれています。

	4 / 25 (月)	4 / 26 (火)	4 / 27 (水)	4 / 28 (木)	4 / 29 (金)	4 / 30 (土)	5 / 1 (日)
昼 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	揚げかいの野菜あんかけ	他人煮	アジの梅しそ焼き	酢鶏	サバの竜田揚げ	豚肉の照味噌炒め	揚げ赤魚の甘酢あんかけ
	ぜんまい煮	煮物(高野、絹さや、人参)	棒々鶏サラダ	筍土佐煮	三色煮浸し	ひじきサラダ	付け合わせ（花麩・葱）
	玉葱マリネ	五目煮	露と竹輪の金平風	二色ピマン胡麻まぶし	オクラの胡麻和え	インゲンがんも煮	干大根の菜種和え
	ポテトコンサラダ	磯香和え	スクランブルエッグ	アスパラの味噌炒め	牛蒡サラダ	菜の花つきコン煮	ミニロールキャベツ煮 青菜のウイナー炒め
エネルギー 477kcal たんぱく質 12g	エネルギー 505kcal たんぱく質 23g	エネルギー 495kcal たんぱく質 19g	エネルギー 521kcal たんぱく質 21g	エネルギー 484kcal たんぱく質 15g	エネルギー 496kcal たんぱく質 17g	エネルギー 491kcal たんぱく質 18g	
夕 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉の生姜焼き	サバの味噌煮	八宝菜	サワラのパン粉焼き	枝豆ハンバーグ	アジのカレー天婦羅	鶏肉の照り焼き
	干し大根煮	ブロッコリーサラダ	ミモザサラダ	タルタル	春キャベツのコールスロー	酢の物(胡瓜、白木耳、人参)	付け合わせ（人参・絹さや）
	桜海老のふわふわ豆腐	チャプチェ風炒め	牛蒡の変わり金平	蒟蒻の中華風旨煮	刻み昆布の金平	時雨煮(キノコ、牛)	じゃが芋の旨煮
	酢の物(胡瓜、シラス)	酢の物(大根、柚子)	青菜シーフードソテー	酢の物(若布・玉ねぎ・葱) ブロッコリーピマン炒め	煮浸し(青菜、竹輪)	アスパラサラダ	ブロッコリーの煮浸し 枝豆の酢の物
エネルギー 507kcal たんぱく質 25g	エネルギー 472kcal たんぱく質 15g	エネルギー 480kcal たんぱく質 15g	エネルギー 480kcal たんぱく質 17g	エネルギー 528kcal たんぱく質 20g	エネルギー 497kcal たんぱく質 15g	エネルギー 518kcal たんぱく質 23g	

※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



←公式LINE@なら1対1のやりとりができます！

< 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。

	4/18 (月)	4/19 (火)	4/20 (水)	4/21 (木)	4/22 (金)	4/23 (土)	4/24 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すき焼き風	チカの天ぷら	ピーマン肉詰め	赤魚の揚げ煮	チンジャオロース	サワラのカレー煮	鶏肉のオランダ煮
	煮物(大根、人参、インゲン)	付) 茶蕎麦(ジュレかけ)	キャベツパスタ炒め	付) スクランブルエッグチリソースかけ	おかか炒め(竹輪、玉葱)	肉じゃが	付) もやしの炸醤炒め
	ポテトサラダ	ツナサラダ	インゲンのおかか煮	ピーマン炒め	大根サラダ	干し大根の酢の物	南瓜、おくら煮
	エネルギー補給ゼリー-80	青菜チャンプル エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80	山くらげの金平風	エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-	酢の物(春雨、人参)
エネルギー 551kcal たんぱく質 17g	エネルギー 572kcal たんぱく質 11g	エネルギー 556kcal たんぱく質 16g	エネルギー 549kcal たんぱく質 17g	エネルギー 591kcal たんぱく質 18g	エネルギー 549kcal たんぱく質 17g	エネルギー 578kcal たんぱく質 22g	
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サバの韓国風煮	鶏肉のケチャップ照り焼き	マス南蛮	酢豚	カレイの胡麻天ぷら	コロッケ	マスの揚げ煮
	付け) 新玉葱のかき揚げ	しめじの酢の物	付) 南瓜煮	筑前煮	付け合わせ(おくら素揚げ)	付) ニードルサラダ	野菜のオイスター炒め
	ナスと豚肉の塩だれ炒め	わさびサラダ	牛蒡サラダ	カリフラワー胡麻エビ和え	キャベツと蒸し鶏のソテー	ゴボウの胡麻酢和え	人参の胡麻酢和え
	筍と蟹カマの酢味噌和え フルーツ缶	フルーツ缶	マーボー大根	エネルギー補給ゼリー-80	蓮根の梅酢煮	煮浸し(青菜、竹輪)	エネルギー補給ゼリー-80
エネルギー 554kcal たんぱく質 16g	エネルギー 547kcal たんぱく質 21g	エネルギー 560kcal たんぱく質 14g	エネルギー 572kcal たんぱく質 16g	エネルギー 513kcal たんぱく質 12g	エネルギー 566kcal たんぱく質 14g	エネルギー 539kcal たんぱく質 13g	

※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。

お弁当と一緒に朝食セットもお届けします！
天然酵母パン&伊藤園ジュース(200ML)

税込260円 ←配達料0円



＜ たんぱく塩分調整食献立表 ＞

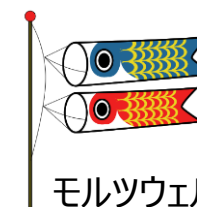
*下記の栄養価に、御飯180g（エネルギー302kcal・たんぱく質4.5g）が含まれています。

	4 / 2 5 (月)	4 / 2 6 (火)	4 / 2 7 (水)	4 / 2 8 (木)	4 / 2 9 (金)	4 / 3 0 (土)	5 / 1 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	揚げカレイの野菜あんかけ	他人煮	アジの梅しそ焼き	酢鶏	サバの竜田揚げ	豚肉の照味噌炒め	揚げ赤魚の甘酢あんかけ
	ぜんまい煮	シエルバジサラダ	付) カレかき揚げ	筍土佐煮	付) 牛蒡サラダ	インゲンがんも煮	付け) ヤングコーン素揚げ
	ポテトバーンサラダ	煮物(高野、絹さや、人参)	棒々鶏サラダ	アスパラの味噌炒め	南瓜の高野そぼろあんかけ	キャベツのごま酢あえ	マセドアンサラダ
	エネルギー補給ゼリー-80	フルーツ缶	露と竹輪の金平風 エネルギー補給ゼリー-80	フルーツ缶	三色煮浸し	エネルギー補給ゼリー-80	干大根の菜種和え
	エネルギー 568kcal たんぱく質 11g	エネルギー 599kcal たんぱく質 19g	エネルギー 573kcal たんぱく質 19g	エネルギー 549kcal たんぱく質 21g	エネルギー 553kcal たんぱく質 16g	エネルギー 551kcal たんぱく質 16g	エネルギー 539kcal たんぱく質 13g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉の生姜焼き	サバの味噌煮	トンカツ	ホッケの照り焼き	枝豆ハンバーグ	アジのカレ天婦羅	鶏肉の照り焼き
	付) きのこのかき揚げ	付) チャプチェ風炒め	スパゲティサラダ	人参の香味炒め	春キャベツのコールスロー	付) アスパラサラダ	春雨の中華サラダ
	干し大根煮	茄子ミート	牛蒡の変わり金平	蒟蒻の中華風旨煮	煮浸し(青菜、竹輪)	時雨煮(キノコ、牛)	じゃが芋の旨煮
	桜海老のふわふわ豆腐	酢の物(大根、柚子)	フルーツ缶	エネルギー補給ゼリー-80	フルーツ缶	ビーフン炒め	フルーツ缶
	エネルギー 544kcal たんぱく質 23g	エネルギー 508kcal たんぱく質 17g	エネルギー 535kcal たんぱく質 17g	エネルギー 573kcal たんぱく質 16g	エネルギー 552kcal たんぱく質 20g	エネルギー 556kcal たんぱく質 17g	エネルギー 581kcal 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



←公式LINE@なら1対1のやりとりができます！

< 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。

	4/18 (月)	4/19 (火)	4/20 (水)	4/21 (木)	4/22 (金)	4/23 (土)	4/24 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すき焼き風	アジの天婦羅	ピ-マン肉詰め	赤魚の揚げ煮	チンジャオロース	サワラのカレー煮	鶏肉のオランダ煮
	パロコリ-味噌サラダ	付け) ツナサラダ	付け) キャハ`ツハ`-コン炒め	付け) 山くらげの金平風	付け) おかか炒め	付け) 干し大根の酢の物	南瓜、おくら煮
	三色ピ-マン胡麻炒め	落の金平風	きのこのオイスター炒め	ピ-マン炒め	ピ-マン突きコン煮	肉じゃが	酢の物(春雨、人参)
		青菜チャンプル	スハ`オ-ロサラダ	スクランブルエッグ`フリ-スかけ	大根サラダ	茄子の揚げ煮	
	エネルギー 478kcal たんぱく質 15g	エネルギー 498kcal たんぱく質 16g	エネルギー 499kcal たんぱく質 15g	エネルギー 508kcal たんぱく質 16g	エネルギー 493kcal たんぱく質 16g	エネルギー 469kcal たんぱく質 16g	エネルギー 517kcal たんぱく質 20g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サバの韓国風煮	鶏肉のケチャップ`照り焼き	マス南蛮	酢豚	カレイの胡麻天ぷら	コロッケ	マスの揚げ煮
	付け) 新玉葱のかき揚げ	しめじの酢の物	牛蒡サラダ	筑前煮	付け) 蓮根の梅酢煮	ヌードルサラダ	付け) 三色豆煮
	ナスと豚肉の塩だれ炒め	五目巾着煮	マーボー大根	ひじきサラダ	若布の卵とじ	煮浸し(青菜、竹輪)	大根がんも煮
ひじき五目煮				キャハ`ツと蒸し鶏のソテー		野菜のオイスター炒め	
	エネルギー 509kcal たんぱく質 16g	エネルギー 500kcal たんぱく質 26g	エネルギー 491kcal たんぱく質 12g	エネルギー 483kcal たんぱく質 14g	エネルギー 476kcal たんぱく質 13g	エネルギー 507kcal たんぱく質 12g	エネルギー 482kcal 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。

お弁当と一緒に朝食セットもお届けします！
天然酵母パン&伊藤園ジュース(200ML)

税込260円 ←配達料0円



＜ カロリー・塩分調整献立表 ＞

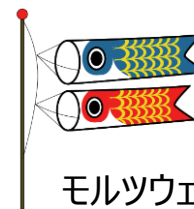
*下記の栄養価に、御飯160g（エネルギー269kcal・たんぱく質4.0g）が含まれています。

	4 / 2 5 (月)	4 / 2 6 (火)	4 / 2 7 (水)	4 / 2 8 (木)	4 / 2 9 (金)	4 / 3 0 (土)	5 / 1 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	揚げかいの野菜あんかけ	他人煮	アジの梅しそ焼き	酢鶏	サバの竜田揚げ	豚肉の照味噌炒め	揚げ赤魚の甘酢あんかけ
	付け) ぜんまい煮	煮物(高野、絹さや、人参)	付け) 棒々鶏サラダ	筍土佐煮	付け) 三色煮浸し	ひじきサラダ	付け合わせ (花麩・葱)
	玉葱マリネ	磯香和え	露と竹輪の金平風	アスパラの味噌炒め	オクラの胡麻和え	インゲンがんも煮	マセドアンサラダ
	ポテトバーンサラダ		スクランブルエッグ		牛蒡サラダ		青菜のウインナー炒め
	エネルギー 476kcal たんぱく質 12g	エネルギー 502kcal たんぱく質 19g	エネルギー 500kcal たんぱく質 19g	エネルギー 500kcal たんぱく質 21g	エネルギー 480kcal たんぱく質 14g	エネルギー 480kcal たんぱく質 17g	エネルギー 495kcal たんぱく質 12g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉の生姜焼き	サバの味噌煮	八宝菜	サワラのパン粉焼き	枝豆ハンバーグ	アジのカレー天婦羅	鶏肉の照り焼き
	若布サラダ	付け) フロッキーサラダ	ミモザサラダ	タルタル	春キャベツのコールスロー	付け) 酢の物	付け合わせ (人参・絹さや)
	桜海老のふわふわ豆腐	チャプチェ風炒め	青菜ソフドレ	人参の香味炒め	煮浸し(青菜、竹輪)	時雨煮(キノコ、牛)	春雨の中華サラダ
		茄子ミート		蒟蒻の中華風旨煮		アスパラサラダ	フロッキーの煮浸し
	エネルギー 519kcal たんぱく質 24g	エネルギー 494kcal たんぱく質 16g	エネルギー 476kcal たんぱく質 15g	エネルギー 491kcal たんぱく質 19g	エネルギー 510kcal たんぱく質 20g	エネルギー 505kcal たんぱく質 15g	エネルギー 505kcal 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