



←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。

	1 / 15 (月)	1 / 16 (火)	1 / 17 (水)	1 / 18 (木)	1 / 19 (金)	1 / 20 (土)	1 / 21 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	マスの粕煮	スコッチエッグ	白身魚の南部揚げ	鶏肉の天婦羅	アジの焼き南蛮	トンカツあんかけ煮	煮サバ
	ブロッコリー茸ソテー	アスパラサラダ	シエルビシサラダ	マーボー大根	青菜のピリ辛和え	さつま芋のサラダ	マカロニサラダ
	青菜の胡麻和え	パプリカとひじきの炒り煮	酢の物(春雨、若布)	蕪と柚子の酢の物	白菜のナムル炒め	インゲンソテー	蒟蒻の中華風旨煮
	キャベツと炒り卵の酢の物	南瓜のマリネ	人参とツナの卵炒め	キャベツの揚げのおかか炒め	卵サラダ	キャベツの胡麻酢あえ	酢の物(白菜、揚げ)
	エネルギー 442kcal たんぱく質 12g	エネルギー 535kcal たんぱく質 14g	エネルギー 495kcal たんぱく質 11g	エネルギー 551kcal たんぱく質 23g	エネルギー 455kcal たんぱく質 16g	エネルギー 541kcal たんぱく質 16g	エネルギー 499kcal たんぱく質 16g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏肉の照り焼	サバの生姜煮	豚肉と蓮根の甘酢炒め	サワラの中華風照焼	ポテサラ風コロッケ	赤魚粕漬焼	鶏のつくね焼
	酢の物(胡瓜、かまぼこ)	インゲン黒胡麻サラダ	しめじの酢の物	オニオンサラダ	酢の物(胡瓜、竹輪)	若布サラダ	ブロッコリーオニオン炒め
	里芋の利休煮	干し大根の五色なます	五目巾着煮	ごぼうの明太炒め	大豆ひじき煮	もやし中華炒め	大根の煮物
	青菜チャンプル	白菜と竹輪の煮浸し	青菜のシーフード炒め	ブロッコリーの胡麻和え	ナポリタン	南瓜煮	玉葱の卵とじ
	エネルギー 543kcal たんぱく質 23g	エネルギー 457kcal たんぱく質 15g	エネルギー 495kcal たんぱく質 21g	エネルギー 442kcal たんぱく質 14g	エネルギー 532kcal たんぱく質 10g	エネルギー 454kcal たんぱく質 12g	エネルギー 492kcal 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。

◆キャンセルのご連絡は前日13時まで

◆追加のご注文は4日前の13時まで

☎0852-20-2400(受付時間9:30~17:00)



←公式LINE@から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。

	1 / 15 (月)	1 / 16 (火)	1 / 17 (水)	1 / 18 (木)	1 / 19 (金)	1 / 20 (土)	1 / 21 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	マスの粕煮	スコッチエッグ	白身魚の南部揚げ	鶏肉の天婦羅	アジの焼き南蛮	トンカツあんかけ煮	煮サバ
	付) さつま芋天	チリビーンズ	シエルビシサラダ	ポパイサラダ	付) 金時豆煮	付) インゲンソテー	付) ヤングコーン天ぷら
	シーフード焼きそば	南瓜のマリネ	豆腐の中華風葱味噌かけ	キャベツ揚げのおかか炒め	青菜のピリナツ和え	さつま芋のサラダ	マカロニサラダ
	青菜の胡麻和え	フルーツ缶	フルーツ缶		白菜のナムル炒め	キャベツの胡麻酢あえ	蒟蒻の中華風旨煮
エネルギー 548kcal たんぱく質 12g	エネルギー 560kcal たんぱく質 19g	エネルギー 546kcal たんぱく質 12g	エネルギー 619kcal たんぱく質 24g	エネルギー 496kcal たんぱく質 21g	エネルギー 565kcal たんぱく質 16g	エネルギー 534kcal たんぱく質 15g	
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏肉の照り焼	サバの生姜煮	豚肉と蓮根の甘酢炒め	タラのレモンオイル焼	ポテサラ風コロッケ	赤魚粕漬焼	鶏のつくね焼
	春雨の中華サラダ	インゲン黒胡麻サラダ	付) おくら素揚げ	付) かき揚げ	筑前煮	付) 竹輪天	付) ミックスかきあげ
	里芋の利休煮	カリフラワーコン煮	五目巾着煮	ごぼうの明太炒め	ナポリタン	もやし中華炒め	大根の煮物
	フルーツ缶	エネルギー補給ゼリー-80	青菜のシーフード炒め	揚げ茄子のポン酢かけ		南瓜煮	わけぎとアサリのぬた
エネルギー 568kcal たんぱく質 20g	エネルギー 558kcal たんぱく質 14g	エネルギー 570kcal たんぱく質 21g	エネルギー 502kcal たんぱく質 8g	エネルギー 623kcal たんぱく質 12g	エネルギー 556kcal たんぱく質 13g	エネルギー 583kcal たんぱく質 17g	

※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。

◆キャンセルのご連絡は前日13時まで

◆追加のご注文は4日前の13時まで

☎0852-20-2400(受付時間9:30~17:00)



←公式LINE@から1対1のやりとりができます！



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。

	1 / 15 (月)	1 / 16 (火)	1 / 17 (水)	1 / 18 (木)	1 / 19 (金)	1 / 20 (土)	1 / 21 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	マスの粕煮	スコッチエッグ	白身魚の南部揚げ	鶏肉の天婦羅	アジの焼き南蛮	トンカツあんかけ煮	煮サバ
	付)青菜の胡麻和え	アスパラサラダ	付)シエルバジサラダ	マーボー大根	付)青菜のピカタ和え	付)インゲンソテー	付)三色浸し
	ブロッコリー茸ソテー	南瓜のマリネ	酢の物(春雨、若布)	蕪と柚子の酢の物	金時豆煮	さつまいものサラダ	マカロニサラダ
	シーフード焼きそば		人参とツナの卵炒め		卵サラダ	キャベツの胡麻酢あえ	蒟蒻の中華風旨煮
	エネルギー 492kcal たんぱく質 11g	エネルギー 513kcal たんぱく質 14g	エネルギー 507kcal たんぱく質 11g	エネルギー 538kcal たんぱく質 21g	エネルギー 477kcal たんぱく質 20g	エネルギー 533kcal たんぱく質 16g	エネルギー 496kcal たんぱく質 16g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏肉の照り	サバの生姜煮	豚肉と蓮根の甘酢炒め	サワラの中華風照焼	ポテサラ風コロッケ	赤魚粕漬焼	鶏のつくね焼
	酢の物(胡瓜、かまぼこ)	付)インゲン黒胡麻サラダ	五目巾着煮	付)ブロッコリーの胡麻和え	酢の物(胡瓜、竹輪)	付)若布サラダ	付)玉葱の卵とじ
	春雨の中華サラダ	干し大根の五色なます	青菜のシーフード炒め	オニオンサラダ	大豆ひじき煮	もやし中華炒め	ブロッコリーオイスター炒め
		カラフラワーコン煮		ごぼうの明太炒め		南瓜煮	大根の煮物
	エネルギー 499kcal たんぱく質 20g	エネルギー 473kcal たんぱく質 14g	エネルギー 486kcal たんぱく質 20g	エネルギー 450kcal たんぱく質 14g	エネルギー 510kcal たんぱく質 10g	エネルギー 452kcal たんぱく質 12g	エネルギー 488kcal 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。

◆キャンセルのご連絡は前日13時まで

◆追加のご注文は4日前の13時まで

☎0852-20-2400(受付時間9:30~17:00)