



←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 / 2 9 (月)	4 / 3 0 (火)	5 / 1 (水)	5 / 2 (木)	5 / 3 (金)	5 / 4 (土)	5 / 5 (日)
昼 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏団子煮	ひとくち磯辺白身フライ	肉じゃがコロッケ	サワラの味噌タルタル焼き	野菜肉巻き	アジの香味だれ漬け焼き	茄子の肉詰め天
	若布の卵とじ	肉豆腐	ごぼう蒸し鶏サラダ	キャベツ、揚げ煮	しめじ玉葱イタリアン炒め	蓮根の韓国風和え	キャベツの酢の物
	レンコンペロンチーノ	青菜とインカの梅和え	大根の煮物	春雨の中華炒め	インゲン黒胡麻サラダ	バンバンジーサラダ	じゃが芋の煮物
	高野豆腐煮	胡瓜ときくらげの酢の物	青菜のコーン炒め	山クラゲメンマ和え	菜の花のからし和え	かりフラワー煮	ソース金平
	エネルギー 500kcal たんぱく質 17g	エネルギー 460kcal たんぱく質 15g	エネルギー 538kcal たんぱく質 11g	エネルギー 499kcal たんぱく質 15g	エネルギー 471kcal たんぱく質 11g	エネルギー 503kcal たんぱく質 15g	エネルギー 497kcal たんぱく質 12g
夕 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレーのチャンチャン焼き	豚肉ケチャップ甘酢炒め	サバの生姜煮	トンカツあんかけ煮	白身魚の天ぷら	牛甘辛煮	マスのバジルオイル焼
	豆と胡瓜のサラダ	バンサンスー	インゲンとツナの煮物	昆布サラダ	柚子胡椒サラダ	筍土佐煮	ブロッコリーサラダ
	ぜんまい花麩煮	落と竹輪の金平風	ひじき五目煮	人参カレー酢炒め	ホイコーロー	春雨の中華サラダ	チンジャオロース
	茄子の香味だれ	二色ピーマン炒め煮	ブロッコリーの胡麻和え	玉葱の中華風卵とじ	里芋の揚げ煮	ピーマンと竹輪の炒め物	炊き合わせ
	エネルギー 488kcal たんぱく質 11g	エネルギー 528kcal たんぱく質 17g	エネルギー 452kcal たんぱく質 15g	エネルギー 490kcal たんぱく質 17g	エネルギー 516kcal たんぱく質 11g	エネルギー 483kcal たんぱく質 17g	エネルギー 491kcal たんぱく質 15g

※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)

＜ 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。

	5/6 (月)	5/7 (火)	5/8 (水)	5/9 (木)	5/10 (金)	5/11 (土)	5/12 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚粕漬焼	皮なしシウマイ	タラのカレー天	トンカツ卵とじ	マスのからしマヨネーズ焼	ハンバーグ	アジのさんが焼
	若布サラダ	高野のそぼろ煮	もやし胡麻酢和え	キャベツ、アスパラコン煮	煮物	人参ひじきツナサラダ	干大根の菜種和え
	アスパラと揚げのぬた	ミックスムシ	若竹煮	マーボー春雨	カリフラワーの酢の物	インゲン、糸コン煮	茄子のそぼろ煮
	人参の香味炒め	青菜シーフードソテー	アスパラの味噌炒め	青菜のポロソテー和え	蒸し鶏と野菜の和風炒め	木の芽和え	ポテトサラダ
	エネルギー 443kcal たんぱく質 12g	エネルギー 464kcal たんぱく質 15g	エネルギー 469kcal たんぱく質 8g	エネルギー 516kcal たんぱく質 19g	エネルギー 490kcal たんぱく質 15g	エネルギー 499kcal たんぱく質 19g	エネルギー 449kcal たんぱく質 15g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉の中華天婦羅	サバの照り焼き	鶏肉のレモンオイル焼	サワラのマリネ	メンチカツ	煮サバ	鶏肉のトマトカレー焼
	春野菜サラダ	焼きビーフン	茄子とイカのケチャップ煮	刻み昆布の金平	青菜と赤ピーマンの煮浸し	人参の韓国風炒め	梅風味サラダ
	時雨煮	炊き合わせ	ブロッコリー、アスパラコンチノ	豚と筍の炒め物	ごぼう煮	蓮根の梅酢煮	ブロッコリーの煮浸し
	大根と葱の酢の物	蓮根のわさびサラダ	ひじきと竹輪の酢の物	金時豆煮	南瓜のマリネ	里芋の胡麻味噌和え	人参ともやしの酢の物
	エネルギー 544kcal たんぱく質 17g	エネルギー 523kcal たんぱく質 19g	エネルギー 516kcal たんぱく質 22g	エネルギー 474kcal たんぱく質 19g	エネルギー 500kcal たんぱく質 15g	エネルギー 490kcal たんぱく質 15g	エネルギー 540kcal 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。





←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。

	4 / 2 9 (月)	4 / 3 0 (火)	5 / 1 (水)	5 / 2 (木)	5 / 3 (金)	5 / 4 (土)	5 / 5 (日)
昼食	御飯 鶏団子煮 ｽｯﾟｰ ﾏﾞｰ ﾏﾞｰ ﾏﾞｰ ﾚﾝｺﾝﾍﾟﾚｯﾁｰﾉ	御飯 ひとくち磯辺白身フライ 付) 青菜とﾄﾝｶｯﾌﾟの梅和え ｷﾞﾔﾍﾞｯﾂとﾂﾅのﾏﾖﾝﾃｰ 肉豆腐	御飯 肉じゃがｺﾛｯｸ 付) 青菜のｺｰﾝ炒め ごぼう蒸し鶏サラダ 大根の煮物	御飯 サワラの味噌タルタル焼き 春雨の中華炒め さつま芋レーズンサラダ フルーツ缶	御飯 野菜肉巻き 付) 玉子焼き しめじ玉葱イタリアン炒め ｲﾝｴﾝ黒胡麻サラダ エネルギー補給ゼリー80	御飯 アジの香味だれ漬け焼き 付) かきあげ ｶﾘﾌﾗﾜｰくず煮 青菜煮浸し エネルギー補給ゼリー80	御飯 茄子の肉詰め天 付) オムレツ じゃが芋の煮物 ソース金平 フルーツ缶
	エネルギー 578kcal たんぱく質 16g	エネルギー 522kcal たんぱく質 17g	エネルギー 588kcal たんぱく質 12g	エネルギー 587kcal たんぱく質 15g	エネルギー 540kcal たんぱく質 14g	エネルギー 576kcal たんぱく質 15g	エネルギー 576kcal たんぱく質 17g
夕食	御飯 ｶｲｲのﾌﾞﾗﾝﾌﾞﾗﾝ焼き 付) 竹輪のかき揚げ 豆と胡瓜のサラダ ぜんまい花麩煮	御飯 豚肉ｹｯﾁｯﾌﾟ甘酢炒め 二色ﾋﾟｰﾏﾝ炒め煮 卵サラダ エネルギー補給ゼリー80	御飯 サバの生姜煮 付) かき揚げ ｲﾝｴﾝとﾂﾅの煮物 干大根の三杯酢 フルーツ缶	御飯 ﾄﾝｶｯﾌﾟあﾝかけ煮 ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾟﾂﾄ 人参ｶﾚｰ酢炒め フルーツ缶	御飯 白身魚の天ぷら 付) 竹輪天 柚子胡椒サラダ ホｲｺｰﾛｰ フルーツ缶	御飯 牛甘辛煮 付) 春雨の中華サラダ 筍土佐煮 ﾋｰﾏﾝと竹輪の炒め物 フルーツ缶	御飯 ﾏｽのﾊﾞｼﾞﾙｵｲﾙ焼 付) ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾂﾄ ﾁﾝｼﾞｻﾞｵﾛｰｽ 炊き合わせ
	エネルギー 539kcal たんぱく質 12g	エネルギー 596kcal たんぱく質 15g	エネルギー 528kcal たんぱく質 16g	エネルギー 530kcal たんぱく質 15g	エネルギー 577kcal たんぱく質 13g	エネルギー 540kcal たんぱく質 18g	エネルギー 542kcal たんぱく質 16g

※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)

＜ 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。

	5 / 6 (月)	5 / 7 (火)	5 / 8 (水)	5 / 9 (木)	5 / 10 (金)	5 / 11 (土)	5 / 12 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚粕漬焼	皮なしシウマイ	タラのカレー天	トンカツ卵とじ	マスのからしマヨネーズ焼	ハンバーグ	アジのさんが焼
	付) かき揚げ	付) ヤングコーン素揚げ	付) 卵豆腐	キャベツ、ベーコン煮	付) カリフラワーの酢の物	付) シャトー人参素揚げ	付) 人参の黒胡麻かき揚げ
	アスパラと揚げのぬた	高野のそぼろ煮	もやし胡麻酢和え	ごぼうサラダ	煮物	インゲン、糸コン煮	干大根の菜種和え
	人参の香味炒め	青菜シーフードソテー	アスパラの味噌炒め		蒸し鶏と野菜の和風炒め	木の芽和え	茄子のそぼろ煮
	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			フルーツ缶	フルーツ缶
	エネルギー 561kcal たんぱく質 14g	エネルギー 569kcal たんぱく質 16g	エネルギー 538kcal たんぱく質 11g	エネルギー 584kcal たんぱく質 18g	エネルギー 523kcal たんぱく質 15g	エネルギー 573kcal たんぱく質 19g	エネルギー 525kcal たんぱく質 16g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉の中華天婦羅	サバの照り焼き	鶏肉のレモンオイル焼	サワラのマリネ	メンチカツ	煮サバ	チンカツ
	時雨煮	付) きのこのかき揚げ	マセドアンサラダ	豚と筍の炒め物	付) ヌードルサラダ	付) かき揚げ	梅風味サラダ
	ミートソース	焼きビーフン	茄子とイカのケチャップ煮	大根のカルシウム和風	青菜と赤ピーマンの煮浸し	人参の韓国風炒め	人参ともやしの酢の物
	フルーツ缶	蓮根のわさびサラダ	フルーツ缶		南瓜のマリネ	里芋の胡麻味噌和え	エネルギー補給ゼリー-80
		エネルギー 555kcal たんぱく質 19g	エネルギー 548kcal たんぱく質 15g	エネルギー 579kcal たんぱく質 21g	エネルギー 533kcal たんぱく質 16g	エネルギー 594kcal たんぱく質 17g	エネルギー 545kcal 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。





←公式LINE@から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 / 2 9 (月)	4 / 3 0 (火)	5 / 1 (水)	5 / 2 (木)	5 / 3 (金)	5 / 4 (土)	5 / 5 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏団子煮	ひとくち磯辺白身フライ	肉じゃがコロッケ	サワラの味噌タルタル焼き	野菜肉巻き	アジの香味だれ漬け焼き	茄子の肉詰め天
	レンコンペロンチーノ	付) キャベツとツナのマヨネーズ	付) 青菜のコーン炒め	付) キャベツ、揚げ煮	付) 菜の花のからし和え	付) 蓮根の韓国風和え	付)キャベツの酢の物
	高野豆腐煮	肉豆腐	ごぼう蒸し鶏サラダ	春雨の中華炒め	しめじ玉葱イタリアン炒め	バンバンジーサラダ	じゃが芋の煮物
	胡瓜ときくらげの酢の物	大根の煮物	山クラゲメンマ和え	インゲン黒胡麻サラダ	カリフラワーくず煮	ソース金平	
	エネルギー 501kcal たんぱく質 15g	エネルギー 494kcal たんぱく質 16g	エネルギー 546kcal たんぱく質 11g	エネルギー 507kcal たんぱく質 15g	エネルギー 471kcal たんぱく質 11g	エネルギー 496kcal たんぱく質 15g	エネルギー 499kcal たんぱく質 12g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレーのチャンチャン焼き	豚肉ケチャップ甘酢炒め	サバの生姜煮	トンカツあんかけ煮	白身魚の天ぷら	牛甘辛煮	マスのバジルオイル焼
	付)豆と胡瓜のサラダ	バンサンスー	付) インゲンとツナの煮物	人参カレー酢炒め	付)柚子胡椒サラダ	付)筍土佐煮	付)干し大根と人参の酢の物
	ぜんまい花麩煮	卵サラダ	ひじき五目煮	玉葱の中華風卵とじ	ホイコーロー	春雨の中華サラダ	ブロッコリーサラダ
茄子の香味だれ		ブロッコリーの胡麻和え		里芋の揚げ煮	ピーマンと竹輪の炒め物	チンジャオロース	
	エネルギー 486kcal たんぱく質 11g	エネルギー 498kcal たんぱく質 15g	エネルギー 445kcal たんぱく質 15g	エネルギー 484kcal たんぱく質 16g	エネルギー 520kcal たんぱく質 11g	エネルギー 494kcal たんぱく質 17g	エネルギー 491kcal 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。

◆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)

＜ 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。

	5/6 (月)	5/7 (火)	5/8 (水)	5/9 (木)	5/10 (金)	5/11 (土)	5/12 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚粕漬焼	皮なしシウマイ	タラのカレー天	トンカツ卵とじ	マスのからしマヨネーズ焼	ハンバーグ	アジのさんが焼
	付)アスパラと揚げのめた	付) ミックスムル	付)もやし胡麻酢和え	キャベツ、ハートン煮	付)三色胡麻あえ	人参ひじきツナサラダ	付)胡瓜と竹輪の酢の物
	若布サラダ	高野のそぼろ煮	若竹煮	青菜のポン酢和え	煮物	木の芽和え	干大根の菜種和え
	人参の香味炒め	青菜シーフードソテー	アスパラの味噌炒め		蒸し鶏と野菜の和風炒め		茄子のそぼろ煮
	エネルギー 445kcal たんぱく質 12g	エネルギー 456kcal たんぱく質 15g	エネルギー 470kcal たんぱく質 8g	エネルギー 492kcal たんぱく質 17g	エネルギー 494kcal たんぱく質 15g	エネルギー 501kcal たんぱく質 19g	エネルギー 447kcal たんぱく質 16g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉の中華天婦羅	サバの照り焼き	鶏肉のレモンオイル焼	サワラのマリネ	メンチカツ	煮サバ	鶏肉のトマトカレー焼
	付) 大根と葱の酢の物	付) 蓮根のわさびサラダ	付)ひじきと竹輪の酢の物	付) 金時豆煮	ごぼう煮	付)蓮根の梅酢煮	付)ブロッコリーの煮浸し
	春野菜サラダ	焼きビーフン	茄子とイカのケチャップ煮	刻み昆布の金平	南瓜のマリネ	人参の韓国風炒め	梅風味サラダ
	時雨煮	炊き合わせ	ブロッコリー、ハートンチノ	豚と筍の炒め物		里芋の胡麻味噌和え	人参ともやしの酢の物
	エネルギー 544kcal たんぱく質 17g	エネルギー 532kcal たんぱく質 19g	エネルギー 516kcal たんぱく質 22g	エネルギー 495kcal たんぱく質 19g	エネルギー 496kcal たんぱく質 14g	エネルギー 486kcal たんぱく質 15g	エネルギー 539kcal 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。

