

～新商品のお知らせ～

管理栄養士監修 日替わりおまかせメニュー
健康冷凍弁当(おかずのみ) 税込580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 / 1 4 (月)	4 / 1 5 (火)	4 / 1 6 (水)	4 / 1 7 (木)	4 / 1 8 (金)	4 / 1 9 (土)	4 / 2 0 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すき焼き風	サバの韓国風煮	チンジャオロース	赤魚粕漬焼	ピーマン肉詰めフライ	サワラのカレー煮	鶏肉のオランダ煮
	ブロッコリー味噌サラダ	ツナサラダ	きのこのバターしょうゆ炒め	ピーマン炒め	竹輪と玉ねぎのおかか炒め	肉じゃが	細切高野の卵とじ
	三色ピーマン胡麻炒め	蕎麦	スパオロサラダ	スクランブルエッグチリソースかけ	ピーマン突きコチ煮	茄子の揚げ煮	もやしのジャージャー炒め
	キャベツと揚げの酢の物	青菜チャンプル	三色ナムル	山くらげの金平風	大根サラダ	干し大根の酢の物	春雨と人参の酢の物
	エネルギー 496kcal たんぱく質 17g	エネルギー 496kcal たんぱく質 16g	エネルギー 496kcal たんぱく質 15g	エネルギー 490kcal たんぱく質 17g	エネルギー 524kcal たんぱく質 17g	エネルギー 495kcal たんぱく質 16g	エネルギー 530kcal たんぱく質 23g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	アジの天婦羅	鶏肉の照り焼	マスの焼き南蛮	酢豚	カレイの味噌焼	コロッケ	タラのパセリバター オイル焼き
	筍と蟹カマの酢味噌和え	しめじの酢の物	ごぼうサラダ	筑前煮	若布の卵とじ	玉子焼き	大根がんも煮
	オムレツ	イカのチリソース炒め	マーボー大根	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	野菜のオイスター炒め
	ひじき五目煮	五目巾着煮	キャベツハート炒め	ひじきサラダ	蓮根の梅酢煮	青菜と竹輪の煮浸し	三色豆煮
	エネルギー 494kcal たんぱく質 19g	エネルギー 497kcal たんぱく質 24g	エネルギー 493kcal たんぱく質 13g	エネルギー 499kcal たんぱく質 16g	エネルギー 464kcal たんぱく質 13g	エネルギー 491kcal たんぱく質 12g	エネルギー 458kcal 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。

◆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。

	4 / 2 1 (月)	4 / 2 2 (火)	4 / 2 3 (水)	4 / 2 4 (木)	4 / 2 5 (金)	4 / 2 6 (土)	4 / 2 7 (日)
昼 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	アジの梅照り焼き	他人煮	サバの土佐煮	鶏肉のバジルオイル焼	マスの味噌煮	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	バンバンジーサラダ	筍土佐煮	三色煮浸し	ひじきサラダ	干大根の菜種和え
	玉葱マリネ	五目煮	露と竹輪の金平風	二色ピーマン胡麻まぶし	南瓜の高野そぼろあんかけ	インゲンがんも煮	ミロールキャベツ煮
	ポテトコンサダ	磯香和え	スクランブルエッグ	ズッキーのラタトゥイユ	ごぼうサラダ	菜の花つきコンソメ	青菜のウイナー炒め
エネルギー 479kcal たんぱく質 15g	エネルギー 496kcal たんぱく質 21g	エネルギー 495kcal たんぱく質 21g	エネルギー 495kcal たんぱく質 20g	エネルギー 483kcal たんぱく質 11g	エネルギー 490kcal たんぱく質 16g	エネルギー 482kcal たんぱく質 18g	
夕 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉の天婦羅	カレイの野菜蒸し焼	八宝菜	サワラの赤しそ天ぷら	枝豆ハンバーグ	アジのカレー天婦羅	タンドリーチキン
	若布サラダ	ブロッコリーサラダ	ミモザサラダ	蒟蒻の中華風旨煮	春キャベツのコールスロー	胡瓜ときくらげの酢の物	じゃが芋の旨煮
	干し大根煮	チャプチェ風炒め	ごぼうの変わり金平	若布と玉ねぎの酢の物	刻み昆布の金平	ソラマメとベーコン オイル炒め	ブロッコリーステーキ
	胡瓜とシラスの酢の物	茄子ミート	ターサイのシーフードソテー	ブロッコリーピザあえ	青菜と竹輪の煮浸し	時雨煮	枝豆の酢の物
エネルギー 510kcal たんぱく質 16g	エネルギー 495kcal たんぱく質 12g	エネルギー 497kcal たんぱく質 15g	エネルギー 494kcal たんぱく質 15g	エネルギー 506kcal たんぱく質 20g	エネルギー 498kcal たんぱく質 16g	エネルギー 503kcal 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。

～新商品のお知らせ～

管理栄養士監修 日替わりおまかせメニュー
健康冷凍弁当(おかずのみ) 税込580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 / 1 4 (月)	4 / 1 5 (火)	4 / 1 6 (水)	4 / 1 7 (木)	4 / 1 8 (金)	4 / 1 9 (土)	4 / 2 0 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すき焼き風	タラのバジルオイル焼	チンジャオロース	赤魚粕漬焼	ピーマン肉詰めフライ	サワラのカレー煮	鶏肉のオランダ煮
	煮物	付) 蕎麦	付) 南瓜天	付) かき揚げ	付) シャトー人參素揚げ	付) かきあげ	付) もやしの ジャージャー炒め
	三色ピーマン胡麻炒め	ツナサラダ	スパオロサラダ	スクランブルエッグフリソースかけ	竹輪と玉葱のおかか炒め	肉じゃが	南瓜、おくら煮
	エネルギー補給ゼリー-80	露の金平風 エネルギー補給ゼリー-80	インゲンのおかか煮	山くらげの金平風 フルーツ缶	大根サラダ	茄子の揚げ煮	春雨と人参の酢の物
エネルギー 550kcal たんぱく質 16g	エネルギー 540kcal たんぱく質 10g	エネルギー 579kcal たんぱく質 16g	エネルギー 553kcal たんぱく質 17g	エネルギー 537kcal たんぱく質 18g	エネルギー 547kcal たんぱく質 16g	エネルギー 585kcal たんぱく質 22g	
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	アジの天婦羅	鶏肉の照り焼	マスの焼き南蛮	酢豚	カレイの味噌焼	コロッケ	タラのパセリバター オイル焼き
	付) ヤングコーン素揚げ	イカのチリソース炒め	付) かき揚げ	筑前煮	付) 竹輪天	付) ゴボウの胡麻酢和え	付) 人参の黒胡麻かき揚げ
	筍と蟹カマの酢味噌和え	わさびサラダ	ごぼうサラダ	カリフラワー胡麻エビ和え	キャベツと蒸し鶏のソテー	ヌードルサラダ	大根がんも煮
	スナップ豆と豚肉の 塩だれ炒め	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 エネルギー補給ゼリー-80	青菜と竹輪の煮浸し	野菜のオイスター炒め フルーツ缶
エネルギー 567kcal たんぱく質 16g	エネルギー 576kcal たんぱく質 23g	エネルギー 538kcal たんぱく質 14g	エネルギー 563kcal たんぱく質 17g	エネルギー 580kcal たんぱく質 13g	エネルギー 569kcal たんぱく質 14g	エネルギー 532kcal たんぱく質 11g	

※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。

	4/21 (月)	4/22 (火)	4/23 (水)	4/24 (木)	4/25 (金)	4/26 (土)	4/27 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	アジの梅照り焼き	他人煮	サバの土佐煮	チンカツ	マスの味噌煮	豚肉の照味噌炒め	揚げ赤魚の甘酢あんかけ
	付) ピーマン胡麻かきあげ	シルバジサラダ	付) カレー揚げ	付) おくら素揚げ	付) おくら天	インゲンがんと煮	付) ヤングコーン素揚げ
	山吹和え	五目煮	バンバンジーサラダ	大根の梅サラダ	南瓜の高野そばろあんかけ	キャバツのごま酢あえ	マセドアンサラダ
	ポテトバーコンサラダ	フルーツ缶	露と竹輪の金平風	ズッキーのラタトゥイユ	ごぼうサラダ	エネルギー補給ゼリー-80	干大根の菜種和え
	エネルギー 523kcal たんぱく質 14g	エネルギー 560kcal たんぱく質 21g	エネルギー 562kcal たんぱく質 16g	エネルギー 556kcal たんぱく質 15g	エネルギー 540kcal たんぱく質 12g	エネルギー 553kcal たんぱく質 16g	エネルギー 566kcal たんぱく質 12g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉の天婦羅	カレイの野菜蒸し焼	八宝菜	サワラの赤しそ天ぷら	枝豆ハンバーグ	アジのカレー天婦羅	タンドリーチキン
	干し大根煮	付) ミックスかきあげ	ごぼうの変わり金平	人参の香味炒め	春キャバツのコールスロー	焼そば	付) 人参・絹さや
	かにのふわふわ豆腐煮	チャプチェ風炒め	ターサイのシーフードソテー	蒟蒻の中華風旨煮	ジャーマンポテ	ソラマメとベーコン オイル炒め	春雨の中華サラダ
	エネルギー補給ゼリー-80	茄子ミート	エネルギー補給ゼリー-80	フルーツ缶			じゃが芋の旨煮
	エネルギー 594kcal たんぱく質 19g	エネルギー 556kcal たんぱく質 13g	エネルギー 555kcal たんぱく質 15g	エネルギー 560kcal たんぱく質 17g	エネルギー 579kcal たんぱく質 20g	エネルギー 564kcal たんぱく質 16g	エネルギー 552kcal 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。

～新商品のお知らせ～

管理栄養士監修 日替わりおまかせメニュー
健康冷凍弁当(おかずのみ) 税込580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 / 1 4 (月)	4 / 1 5 (火)	4 / 1 6 (水)	4 / 1 7 (木)	4 / 1 8 (金)	4 / 1 9 (土)	4 / 2 0 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すき焼き風	サバの韓国風煮	チンジャオロース	赤魚粕漬焼	ピーマン肉詰めフライ	サワラのカレー煮	鶏肉のオランダ煮
	ブロッコリー味噌サラダ	付) ツナサラダ	スパオロサラダ	付) 山くらげの金平風	竹輪と玉ねぎのおかか炒め	付) 三色浸し	もやしのジャージャー炒め
	三色ピーマン胡麻炒め	落の金平風 青菜チャンプル	インゲンのおかか煮	ピーマン炒め スクランブルエッグフリースかけ	大根サラダ	肉じゃが 茄子の揚げ煮	春雨と人参の酢の物
	エネルギー 487kcal たんぱく質 15g	エネルギー 494kcal たんぱく質 16g	エネルギー 495kcal たんぱく質 15g	エネルギー 492kcal たんぱく質 17g	エネルギー 520kcal たんぱく質 17g	エネルギー 493kcal たんぱく質 16g	エネルギー 496kcal たんぱく質 21g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	アジの天婦羅	鶏肉の照り焼	マスの焼き南蛮	酢豚	カレイの味噌焼	コロッケ	タラのパセリバター オイル焼き
	付) 筍と蟹カマの酢味噌和え	しめじの酢の物	付) ごぼうサラダ	付) カリフラワー 胡麻エビ和え	付) 若布の卵とじ	玉子焼き	付) 三色豆煮
	オムレツ	わさびサラダ	マーボー大根	筑前煮	キャベツと蒸し鶏のソテー	ヌードルサラダ	大根がんも煮
	ひじき五目煮		キャベツとコン炒め	ひじきサラダ	蓮根の梅酢煮		野菜のオイスター炒め
	エネルギー 502kcal たんぱく質 19g	エネルギー 495kcal たんぱく質 20g	エネルギー 492kcal たんぱく質 13g	エネルギー 497kcal たんぱく質 16g	エネルギー 464kcal たんぱく質 13g	エネルギー 498kcal たんぱく質 12g	エネルギー 492kcal 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)

＜ 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 1 (月)	4 / 2 2 (火)	4 / 2 3 (水)	4 / 2 4 (木)	4 / 2 5 (金)	4 / 2 6 (土)	4 / 2 7 (日)
昼 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	アジの梅照り焼き	他人煮	サバの土佐煮	鶏肉のバジルオイル焼	マスの味噌煮	豚肉の照味噌炒め	揚げ赤魚の甘酢あんかけ
	付) ぜんまい煮	五目煮	付) パプリカとひじきの炒り煮	二色ピーマン胡麻まぶし	付) 三色煮浸し	付) ひじきサラダ	付) 干大根の菜種和え
	玉葱マリネ	磯香和え	バンバンジーサラダ	ズッキーのラタトゥイユ	南瓜の高野そぼろあんかけ	インゲンがんも煮	ミロールキャベツ煮
	ポテトハンバーグ		スクランブルエッグ		ごぼうサラダ	キャベツのごま酢あえ	青菜のウインナー炒め
	エネルギー 478kcal たんぱく質 15g	エネルギー 496kcal たんぱく質 20g	エネルギー 493kcal たんぱく質 20g	エネルギー 494kcal たんぱく質 20g	エネルギー 483kcal たんぱく質 11g	エネルギー 492kcal たんぱく質 16g	エネルギー 493kcal たんぱく質 18g
夕 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉の天婦羅	カレイの野菜蒸し焼	八宝菜	サワラの赤しそ天ぷら	枝豆ハンバーグ	アジのカレー天婦羅	タンドリーチキン
	若布サラダ	付) ブロッコリーサラダ	ミモザサラダ	付) ブロッコリーピーナツあえ	春キャベツのコールスロー	付) 胡瓜きくらげの酢の物	春雨の中華サラダ
	干し大根煮	チャプチェ風炒め	ターサイのシーフードソテー	蒟蒻の中華風旨煮	青菜と竹輪の煮浸し	ソラマメとベーコン オイル炒め	ブロッコリーソテー
		茄子ミート		若布と玉ねぎの酢の物		時雨煮	
	エネルギー 511kcal たんぱく質 15g	エネルギー 495kcal たんぱく質 12g	エネルギー 495kcal たんぱく質 15g	エネルギー 497kcal たんぱく質 15g	エネルギー 505kcal たんぱく質 20g	エネルギー 498kcal たんぱく質 16g	エネルギー 497kcal たんぱく質 20g

※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