

～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。

	3 / 3 1 (月)	4 / 1 (火)	4 / 2 (水)	4 / 3 (木)	4 / 4 (金)	4 / 5 (土)	4 / 6 (日)
昼食	御飯						
	豚肉と蓮根の甘酢炒め	アジの辛子ネズ焼	ポテサラ風コロッケ	赤魚の天ぷらおろしだれかけ	鶏肉の塩レモン唐揚げ	アジの風味焼き	肉豆腐
	青菜チャンプル	春キャベツのコールスロー	露と竹輪煮	野菜の味噌炒め	高野のそぼろ煮	大根と豚肉の炒め煮	青菜とピーマンの煮浸し
	ひじき五目煮	ぎせい豆腐	人参シリシリ	ブロッコリーの浸し	カリフラワーピクルス	青菜のシーフード炒め	蒟蒻のおかか炒め
	蓮根の酢の物	青菜煮浸し	磯香和え	ごぼうサラダ	大根サラダ	人参ともやしの酢の物	ポテトサラダ
	エネルギー 506kcal たんぱく質 17g	エネルギー 483kcal たんぱく質 18g	エネルギー 505kcal たんぱく質 7g	エネルギー 505kcal たんぱく質 12g	エネルギー 513kcal たんぱく質 21g	エネルギー 451kcal たんぱく質 15g	エネルギー 482kcal たんぱく質 15g
夕食	御飯						
	サワラのファンチャン焼き	ビーフカツ	サバ生姜ソテー	豚甘辛煮	マスの粕煮	酢鶏	カレイの錦揚げ
	煮物	バンサンスー	三色炒め	やわらか角揚げ煮	キャベツ揚げのおかか炒め	青菜としめじの煮浸し	大根と揚げの酢の物
	焼きビーフン	ごぼうの変わり金平	大根と葱の酢の物	新玉葱のバジルサラダ	揚げ里芋の辛みたれ	五目煮	煮物
	おくらのおかか和え	ミニ信田巻き	春野菜サラダ	もやしとニラの卵とじ	胡瓜とカニカマの酢の物	ジャーマンポテト	チンジャオロース
	エネルギー 487kcal たんぱく質 15g	エネルギー 508kcal たんぱく質 22g	エネルギー 486kcal たんぱく質 17g	エネルギー 486kcal たんぱく質 21g	エネルギー 473kcal たんぱく質 12g	エネルギー 538kcal たんぱく質 24g	エネルギー 506kcal たんぱく質 14g

※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)

～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 / 7 (月)	4 / 8 (火)	4 / 9 (水)	4 / 10 (木)	4 / 11 (金)	4 / 12 (土)	4 / 13 (日)
昼食	御飯						
	煮サバ	スコッチエッグ	牛肉シシリアン風	サワラ南蛮	赤魚南部天	皮なしシウマイ	マスのレモンオイル焼
	アスパラ卵炒め	ミモザサラダ	わかろのおかか煮	菜の花とあさりの梅和え	ごぼうサラダ	豆と胡瓜のサラダ	じゃが芋の旨煮
	キャベツと蒸し鶏のナムル	酢味噌和え	胡麻豆腐	五目煮	マーボー豆腐	蓮根の酢の物	青菜のおかか和え
	里芋の利休煮	青菜のウインナー炒め	ひじきサラダ	大根竹輪煮	春菊のお浸し	インゲンとツナの煮物	オムレツ
	エネルギー 492kcal たんぱく質 17g	エネルギー 483kcal たんぱく質 16g	エネルギー 504kcal たんぱく質 15g	エネルギー 465kcal たんぱく質 18g	エネルギー 493kcal たんぱく質 14g	エネルギー 483kcal たんぱく質 15g	エネルギー 469kcal たんぱく質 14g
夕食	御飯						
	豚肉塩だれ炒め	ブリの柚子みそ焼き	アジのパン粉焼	ロコモコ風ハンバーグ	鶏肉の柚子胡椒焼	ホッケの照り焼き	鶏肉のオランダ煮
	踏の金平風	大根金平	炒めなます	煮物	ブロッコリーサラダ	アスパラの味噌炒め	インゲン黒胡麻サラダ
	ブロッコリーとハクサイのソテー	蓮根の韓国風和え	オムレツ	胡瓜と玉ねぎの酢の物	がんもと刻み昆布煮	焼きうどん	干し大根煮
	若布サラダ	ツナサラダ	青菜つきこん煮	蒸し鶏と野菜の和風炒め	磯香和え	マセドアンサラダ	胡瓜とシラスの酢の物
	エネルギー 497kcal たんぱく質 15g	エネルギー 508kcal たんぱく質 19g	エネルギー 481kcal たんぱく質 18g	エネルギー 529kcal たんぱく質 25g	エネルギー 498kcal たんぱく質 23g	エネルギー 504kcal たんぱく質 12g	エネルギー 520kcal たんぱく質 22g

※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。

	3 / 3 1 (月)	4 / 1 (火)	4 / 2 (水)	4 / 3 (木)	4 / 4 (金)	4 / 5 (土)	4 / 6 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉と蓮根の甘酢炒め	アジの辛子ネズ焼	ポテサラ風コロッケ	赤魚の天ぷらおろしだれかけ	鶏肉の塩レモン唐揚げ	カレイの味噌焼	肉豆腐
	青菜チャンプル	付) ヤングコーン素揚げ	付) 玉子焼き	野菜の味噌炒め	カリフラワーピクルス	付) インゲン黒胡麻サラダ	蒟蒻のおかか炒め
	インゲンピポナツ和え	さつま芋の煮物	バンバンジーサラダ	ごぼうサラダ	大根サラダ	大根と豚肉の炒め煮	ポテトサラダ
	エネルギー補給ゼリー-80	青菜煮浸し	人参シリシリ	フルーツ缶	フルーツ缶	青菜のシーフード炒め 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 570kcal たんぱく質 16g	エネルギー 533kcal たんぱく質 14g	エネルギー 604kcal たんぱく質 13g	エネルギー 555kcal たんぱく質 12g	エネルギー 577kcal たんぱく質 21g	エネルギー 566kcal たんぱく質 12g	エネルギー 567kcal たんぱく質 15g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サワラのチャンチャン焼き	ビーフカツ	サバ生姜ソテー	豚甘辛煮	マスの粕煮	酢鶏	カレイの錦揚げ
	付) フライドポテト	ごぼうの変わり金平	付) 竹輪天	付) 柄入り赤板	付) かきあげ	青菜としめじの煮浸し	付) おくら素揚げ
	煮物	シエルバジサラダ	三色炒め	新玉葱のバジルサラダ	キャベツ揚げのおかか炒め	ジャーマンポテト	煮物
	焼きビーフン	フルーツ缶	蒟蒻の中華風旨煮	もやしとニラの卵とじ エネルギー補給ゼリー-80	揚げ里芋の辛みたれ	フルーツ缶	チンジャオロース
	エネルギー 546kcal たんぱく質 16g	エネルギー 586kcal たんぱく質 19g	エネルギー 513kcal たんぱく質 17g	エネルギー 561kcal たんぱく質 18g	エネルギー 542kcal たんぱく質 13g	エネルギー 550kcal たんぱく質 21g	エネルギー 549kcal 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。

◆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)

～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 / 7 (月)	4 / 8 (火)	4 / 9 (水)	4 / 10 (木)	4 / 11 (金)	4 / 12 (土)	4 / 13 (日)
昼食	御飯						
	煮サバ	スコッチエッグ	牛肉シシリアン風	サワラ南蛮	赤魚南部天	皮なしシウマイ	マスのレモンオイル焼
	付) 青菜のピリナツ和え	肉じゃが	筑前煮	菜の花とあさりの梅和え	付) 春菊のお浸し	付) 人参の黒胡麻かき揚げ	付) かき揚げ
	キャベツと蒸し鶏のナムル	酢味噌和え	胡麻豆腐	シエルバジサラダ	ごぼうサラダ	豆のサラダ	スパゲティサラダ
	里芋の利休煮	フルーツ缶	フルーツ缶	フルーツ缶	ロールキャベツの中華あんかけ	インゲンとツナの煮物	じゃが芋の旨煮
	エネルギー補給ゼリー-80						
	エネルギー 576kcal たんぱく質 16g	エネルギー 530kcal たんぱく質 16g	エネルギー 562kcal たんぱく質 16g	エネルギー 550kcal たんぱく質 15g	エネルギー 548kcal たんぱく質 16g	エネルギー 548kcal たんぱく質 16g	エネルギー 550kcal たんぱく質 12g
夕食	御飯						
	豚肉塩だれ炒め	ブリの柚子みそ焼き	アジのパン粉焼	ハンバーグ	チンカツ	ホッケの照り焼き	鶏肉のオランダ煮
	付) かき揚げ	付) ミックスかきあげ	付) 炒めなます	卵サラダ	付) シャトー人参素揚げ	付) アスパラの味噌炒め	ホイコーロー
	山菜の酢の物	蓮根の韓国風和え	南瓜サラダ	煮物	青菜のイタリアン炒め	焼きうどん	インゲン黒胡麻サラダ
	露の金平風	ツナサラダ	青菜つきこん煮	エネルギー補給ゼリー-80	人参とツナの卵炒め	マセドアンサラダ	
	フルーツ缶				フルーツ缶	フルーツ缶	
	エネルギー 540kcal たんぱく質 16g	エネルギー 586kcal たんぱく質 18g	エネルギー 555kcal たんぱく質 15g	エネルギー 566kcal たんぱく質 18g	エネルギー 569kcal たんぱく質 17g	エネルギー 568kcal たんぱく質 13g	エネルギー 567kcal 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。

～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。

	3 / 31 (月)	4 / 1 (火)	4 / 2 (水)	4 / 3 (木)	4 / 4 (金)	4 / 5 (土)	4 / 6 (日)
昼食	御飯						
	豚肉と蓮根の甘酢炒め	アジの辛子ネズ`焼	ホ`テラ風コロッケ	赤魚の天ぷらおろしだれかけ	鶏肉の塩レモン唐揚げ	アジの風味焼き	肉豆腐
	青菜チャンプル	付) 春キャベツのコールスロー	人参シリシリ	付) ブロッコリーの浸し	カリフラワー`ピ`クルス	付) インゲン黒胡麻サラダ	付) おからの酢の物
	ひじき五目煮	さつま芋の煮物 青菜煮浸し	磯香和え	ハイクドエッグ 野菜の味噌炒め	大根サラダ	大根と豚肉の炒め煮 青菜の`シー`フード`炒め	蒟蒻のおかか炒め ポテトサラダ
	エネルギー 487kcal たんぱく質 16g	エネルギー 499kcal たんぱく質 15g	エネルギー 492kcal たんぱく質 6g	エネルギー 498kcal たんぱく質 16g	エネルギー 508kcal たんぱく質 20g	エネルギー 485kcal たんぱく質 16g	エネルギー 497kcal たんぱく質 15g
夕食	御飯						
	サワラのチャンチャン焼き	ビーフカツ	サバ生姜ソテー	豚甘辛煮	マスの粕煮	酢鶏	カレイの錦揚げ
	付) キノコの塩昆布炒め	ごぼうの変わり金平	付) 大根と葱の酢の物	付) 新玉葱の`パ`ジ`ル`サラダ	付) 胡瓜とカニカマの酢の物	青菜としめじの煮浸し	付) 大根と揚げの酢の物
	煮物 焼きビーフン	ミニ信田巻き	三色炒め 春野菜サラダ	やわらか角揚げ煮 もやしとニラの卵とじ	キャベツ揚げのおかか炒め 揚げ里芋の辛みたれ	ジャーマンポテト	煮物 チンジャオロース
	エネルギー 499kcal たんぱく質 15g	エネルギー 493kcal たんぱく質 21g	エネルギー 494kcal たんぱく質 17g	エネルギー 489kcal たんぱく質 21g	エネルギー 484kcal たんぱく質 12g	エネルギー 501kcal たんぱく質 20g	エネルギー 492kcal 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。

◆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)

～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 / 7 (月)	4 / 8 (火)	4 / 9 (水)	4 / 10 (木)	4 / 11 (金)	4 / 12 (土)	4 / 13 (日)
昼食	御飯						
	煮サバ	スコッチエッグ	牛肉シシリアン風	サワラ南蛮	赤魚南部天	皮なしシウマイ	マスのレモンオイル焼
	付) アスパラ卵炒め	肉じゃが	わかろのおかか煮	付) 菜の花とあさりの梅和え	付) ごぼうサラダ	付) 豆と胡瓜のサラダ	付) スパゲティ-サラダ
	キャベツと蒸し鶏のナムル	酢味噌和え	筑前煮	五目煮	マーボー豆腐	蓮根の酢の物	青菜のおかか和え
	里芋の利休煮			大根竹輪煮	春菊のお浸し	インゲンとツナの煮物	オムレツ
	エネルギー 492kcal たんぱく質 17g	エネルギー 483kcal たんぱく質 15g	エネルギー 501kcal たんぱく質 16g	エネルギー 479kcal たんぱく質 19g	エネルギー 497kcal たんぱく質 14g	エネルギー 483kcal たんぱく質 15g	エネルギー 492kcal たんぱく質 14g
夕食	御飯						
	豚肉塩だれ炒め	ブリの柚子みそ焼き	アジのパン粉焼	ロコモコ風ハンバーグ	鶏肉の柚子胡椒焼	ホッケの照り焼き	鶏肉のオランダ煮
	付) 踏の金平風	付) ツナサラダ	付) 青菜つきこん煮	煮物	ブロッコリー-サラダ	付) マセドアンサラダ	干し大根煮
	ブロッコリー-ハートパンチノ	大根金平	炒めなます	胡瓜と玉ねぎの酢の物	磯香和え	アスパラの味噌炒め	胡瓜とシラスの酢の物
	若布サラダ	蓮根の韓国風和え	オムレツ			焼きうどん	
	エネルギー 501kcal たんぱく質 15g	エネルギー 503kcal たんぱく質 19g	エネルギー 489kcal たんぱく質 18g	エネルギー 511kcal たんぱく質 23g	エネルギー 494kcal たんぱく質 20g	エネルギー 504kcal たんぱく質 12g	エネルギー 496kcal 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