



←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。

	5/25 (月)	5/26 (火)	5/27 (水)	5/28 (木)	5/29 (金)	5/30 (土)	5/31 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉のケチャップ 照り焼	サワラの粕漬け焼き	豚肉の錦揚げ	アジ竜田揚げ	豚肉の照味噌炒め	天婦羅	親子煮
	キャベツのコンソメ煮	ゴーヤとツナのサラダ	インゲンの磯香和え	若布とカニカマの酢の物	ワラの煮物	玉葱の卵とじ	ひじきの味噌金平
	青梗菜と厚揚げの炒め煮	炊き合わせ	干し椎茸春雨炒め	蒟蒻の中華風旨煮	南瓜のマリネ	胡瓜と生姜の酢の物	野菜のオyster炒め
	炒り卵	小松菜と豚肉の炒め	揚げ茄子の煮物	ジャーマンかき揚げ	大根と人参の金平	インゲンコン炒め	人参の胡麻酢和え
	エネルギー 497kcal たんぱく質 20g	エネルギー 489kcal たんぱく質 17g	エネルギー 489kcal たんぱく質 15g	エネルギー 494kcal たんぱく質 14g	エネルギー 506kcal たんぱく質 14g	エネルギー 493kcal たんぱく質 11g	エネルギー 511kcal たんぱく質 23g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚南部天	鶏肉の塩いり唐揚げ	サバ生姜ソテー	ハンバーグ	マスの焼き南蛮	焼鳥	サバの生姜煮
	スパバジルサラダ	ジャガイモの味噌煮	青菜つきこん煮	刻み昆布と人参の梅煮	茄子ミート	三角とうふ天煮	青菜ベーコン煮
	金平れんこん	竹輪と玉ねぎのおかか炒め	変わり金平ごぼう	もやしのナムル風	三色ピーマン炒め	チャブチエ風炒め	チンジャオロース
	もずくの酢の物	大根と人参の酢の物	ひじきサラダ	胡瓜ときくらげの酢の物	ポテトサラダ	蒟蒻の酢味噌和え	五目煮
	エネルギー 488kcal たんぱく質 11g	エネルギー 497kcal たんぱく質 13g	エネルギー 496kcal たんぱく質 16g	エネルギー 494kcal たんぱく質 19g	エネルギー 484kcal たんぱく質 13g	エネルギー 494kcal たんぱく質 17g	エネルギー 479kcal 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)

＜ 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。

	6 / 1 (月)	6 / 2 (火)	6 / 3 (水)	6 / 4 (木)	6 / 5 (金)	6 / 6 (土)	6 / 7 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレーの照り焼き	豚しゃぶ	サバのカレー天	鶏のつくね焼	赤魚の西京焼	豚肉の生姜焼	サバの照り焼き
	若竹煮	春雨と人参の酢の物	ブロッコリー・パプリカ・リンゴ	ゴーヤナムル	人参レーズン和え	人参糸コン炒り煮	マカロニサラダ
	豚肉のポン酢炒め	ぜんまい煮	大根梅酢煮	炊き合わせ	干し大根煮	こりと竹輪の卵とじ	車麩と茄子の煮物
	ふんわり野菜豆腐煮	もやしのジャージャー炒め	昆布サラダ	カレービーンズ	ピーマンつきこん胡麻まぶし	青菜しめじ煮	スクランブルエッグフリリスかけ
	エネルギー 469kcal たんぱく質 17g	エネルギー 492kcal たんぱく質 13g	エネルギー 453kcal たんぱく質 13g	エネルギー 524kcal たんぱく質 23g	エネルギー 441kcal たんぱく質 10g	エネルギー 496kcal たんぱく質 18g	エネルギー 496kcal たんぱく質 19g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	ピーマン肉詰めフライ	アジのハニーマスタードのせ	牛肉シシリアン風	マスの味噌煮	ユーリンチー	サワラの柚子胡椒マヨ焼	ナスのはさみ揚げ
	枝豆の酢の物	にんにくの芽とベーコンの炒め物	青菜のピーナツ和え	ミートボールのトマト煮	青菜の生姜醤油和え	青菜のコーン炒め	キャベツとツナの煮物
	煮物	ミニロールキャベツ煮	カリフラワーピクルス	胡瓜とらっきょうの酢の物	高野のそぼろ煮	がんもと刻み昆布煮	ポテトとウイナーのソース炒め
	青菜シーフードソテー	海藻中華和え	ごぼうサラダ	若布チャンプル	蓮根のわさびサラダ	南瓜枝豆あんかけ	しめじの酢の物
	エネルギー 517kcal たんぱく質 18g	エネルギー 497kcal たんぱく質 18g	エネルギー 538kcal たんぱく質 20g	エネルギー 466kcal たんぱく質 17g	エネルギー 547kcal たんぱく質 23g	エネルギー 493kcal たんぱく質 17g	エネルギー 494kcal 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。



モルツウェル株式会社



←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。

	5/25 (月)	5/26 (火)	5/27 (水)	5/28 (木)	5/29 (金)	5/30 (土)	5/31 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉のケチャップ 照り焼	サワラの粕漬け焼き	豚肉の錦揚げ	アジ竜田揚げ	豚肉の照味噌炒め	天婦羅	鶏唐揚げ
	青梗菜と厚揚げの炒め煮	付) ゴーヤとツナのサラダ	干し椎茸春雨炒め	蒟蒻の中華風旨煮	付) 南瓜のマリネ	玉葱の卵とじ	付) スパゲティサラダ
	炒り卵	炊き合わせ	カリフラワー-リンチマリネ	ジャーマンかき揚げ	青菜と竹輪の煮浸し	インゲン-ソ炒め	野菜のオムレツ炒め
	エネルギー補給ゼリー-80	小松菜と豚肉の炒め		フルーツ缶	大根と人参の金平	エネルギー補給ゼリー-80	人参の胡麻酢和え
	エネルギー 583kcal たんぱく質 20g	エネルギー 522kcal たんぱく質 18g	エネルギー 534kcal たんぱく質 15g	エネルギー 540kcal たんぱく質 14g	エネルギー 541kcal たんぱく質 15g	エネルギー 582kcal たんぱく質 12g	エネルギー 561kcal たんぱく質 17g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚南部天	鶏肉の塩レモン唐揚げ	サバ生姜ソテー	ハンバーグ	マスの焼き南蛮	焼鳥	サバの生姜煮
	付) 青菜のバター醤油炒め	付) シーフード 焼きそば	付) おくら天	付) ヤングコーン素揚げ	付) ポテトサラダ	三角とうふ天煮	付)ごぼうのかき揚げ
	スパバジルサラダ	竹輪と玉葱のおかか炒め	青菜つきこん煮	もやしのみん風	インゲンとツナの煮物	もやしウインナー炒め	青菜ベーコン煮
	金平れんこん	大根と人参の酢の物	変わり金平ごぼう エネルギー補給ゼリー-80	干し大根煮	茄子ミート エネルギー補給ゼリー-80	フルーツ缶	チンジャオロース フルーツ缶
	エネルギー 537kcal たんぱく質 13g	エネルギー 595kcal たんぱく質 14g	エネルギー 583kcal たんぱく質 16g	エネルギー 579kcal たんぱく質 20g	エネルギー 576kcal たんぱく質 14g	エネルギー 536kcal たんぱく質 19g	エネルギー 555kcal 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。

	6 / 1 (月)	6 / 2 (火)	6 / 3 (水)	6 / 4 (木)	6 / 5 (金)	6 / 6 (土)	6 / 7 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレーの照り焼き	豚しゃぶ	サバのカレー天	鶏のつくね焼	赤魚の西京焼	豚肉の生姜焼	サバの照り焼き
	付) かきあげ	春雨と人参の酢の物	豚肉と茄子の味噌炒め	ゴーヤナムル	付) かきあげ	キャベツとあさりの酢の物	付) かき揚げ
	豚肉のポン酢炒め	人参とツナの卵炒め	大根梅酢煮	筍の梅和え	人参和え	人参糸コン炒り煮	マカロニサラダ
	ふんわり野菜豆腐煮		エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80	露と竹輪の金平風	エネルギー補給ゼリー-80	車麩と茄子の煮物
	エネルギー 513kcal たんぱく質 17g	エネルギー 565kcal たんぱく質 14g	エネルギー 592kcal たんぱく質 16g	エネルギー 544kcal たんぱく質 16g	エネルギー 519kcal たんぱく質 12g	エネルギー 558kcal たんぱく質 15g	エネルギー 544kcal たんぱく質 15g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	ピーマン肉詰めフライ	アジのハニーマスタードのせ	牛肉シシリアン風	マスの味噌煮	ユーリンチー	サワラの柚子胡椒マヨ焼	ナスのはさみ揚げ
	青菜シーフードソテー	にんにくの芽と ベーコンの炒め物	青菜のピーマン和え	付) おくら素揚げ	青菜の生姜醤油和え	付) 大根サラダ	付) 春雨の中華和え
	マセドアンサラダ	大豆の甘辛煮	ごぼうサラダ	春雨の中華サラダ	蓮根のわさびサラダ	青菜のコーン炒め	キャベツとツナの煮物
	エネルギー補給ゼリー-80	フルーツ缶		ミートボールのトマト煮		南瓜枝豆あんかけ	ポテトとウイナーのソース炒め
	エネルギー 606kcal たんぱく質 17g	エネルギー 552kcal たんぱく質 19g	エネルギー 526kcal たんぱく質 16g	エネルギー 572kcal たんぱく質 16g	エネルギー 600kcal たんぱく質 21g	エネルギー 560kcal たんぱく質 16g	エネルギー 574kcal 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。



モルツウェル株式会社



←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。

	5/25 (月)	5/26 (火)	5/27 (水)	5/28 (木)	5/29 (金)	5/30 (土)	5/31 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉のケチャップ 照り焼	サワラの粕漬け焼き	豚肉の錦揚げ	アジ竜田揚げ	豚肉の照味噌炒め	天婦羅	親子煮
	青梗菜と厚揚げの炒め煮	付) ゴーヤとツナのサラダ	干し椎茸春雨炒め	付) 若布とカニカマの酢の物	南瓜のマリネ	付) 胡瓜と生姜の酢の物	ひじきの味噌金平
	炒り卵	炊き合わせ 小松菜と豚肉の炒め	カワラフレンチマリネ	蒟蒻の中華風旨煮 ジャーマンかき揚げ	大根と人参の金平	玉葱の卵とじ インゲンコン炒め	人参の胡麻酢和え
	エネルギー 494kcal たんぱく質 19g	エネルギー 497kcal たんぱく質 17g	エネルギー 493kcal たんぱく質 15g	エネルギー 492kcal たんぱく質 14g	エネルギー 505kcal たんぱく質 14g	エネルギー 492kcal たんぱく質 11g	エネルギー 494kcal たんぱく質 22g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚南部天	鶏肉の塩レモン唐揚げ	サバ生姜ソテー	ハンバーグ	マスの焼き南蛮	焼鳥	サバの生姜煮
	付) もずくの酢の物	ジャガ仔の味噌煮	付) 青菜つきこん煮	ブロッコリーの中華炒め	付) ポテトサラダ	三角とうふ天煮	付) 青菜ベーコン煮
	スパバジルサラダ	竹輪と玉ねぎのおかか炒め	変わり金平ごぼう	胡瓜ときくらげの酢の物	茄子ミート	もやしウイナー炒め	チンジャオロース
金平れんこん		ひじきサラダ		三色ピーマン炒め		五目煮	
	エネルギー 492kcal たんぱく質 11g	エネルギー 494kcal たんぱく質 13g	エネルギー 491kcal たんぱく質 16g	エネルギー 497kcal たんぱく質 20g	エネルギー 484kcal たんぱく質 13g	エネルギー 495kcal たんぱく質 18g	エネルギー 492kcal 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)

＜ 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。

	6 / 1 (月)	6 / 2 (火)	6 / 3 (水)	6 / 4 (木)	6 / 5 (金)	6 / 6 (土)	6 / 7 (日)
昼 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	カレイの照り焼き	豚シャブ	サバのカレー天	鶏のつくね焼	赤魚の西京焼	豚肉の生姜焼	サバの照り焼き
	付) 若竹煮	ぜんまい煮	付) 大根梅酢煮	炊き合わせ	付) 人参レーズン和え	人参糸コン炒り煮	付) マカロニサラダ
	豚肉のポン酢炒め	もやしのジャージャー炒め	豚肉と茄子の味噌炒め	カレービーンズ	ピーマンつきこん胡麻まぶし	こりと竹輪の卵とし	車麩と茄子の煮物
	ふんわり野菜豆腐煮		昆布サラダ		露と竹輪の金平風		スクランブルエッグチリソースかけ
	エネルギー 469kcal たんぱく質 17g	エネルギー 497kcal たんぱく質 12g	エネルギー 496kcal たんぱく質 15g	エネルギー 493kcal たんぱく質 23g	エネルギー 473kcal たんぱく質 11g	エネルギー 495kcal たんぱく質 17g	エネルギー 496kcal たんぱく質 19g
夕 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	ピーマン肉詰めフライ	アジのハーベストのせ	牛肉シシリアン風	マスの味噌煮	ユーリンチー	サワラの柚子胡椒マヨ焼	ナスのはさみ揚げ
	枝豆の酢の物	付) にんにくの芽と ハーブの炒め物	青菜のピーマン和え	付) 胡瓜とらっきょうの酢の物	青菜の生姜醤油和え	付) 青菜のコーン炒め	キャベツとツナの煮物
	マセドアンサラダ	ミニロールキャベツ煮	カリフラワーピュアス	春雨の中華サラダ	高野のそぼろ煮	がんと刻み昆布煮	ポテトとウインナーのソース炒め
		海藻中華和え		ミートボールのトマト煮		南瓜枝豆あんかけ	
	エネルギー 516kcal たんぱく質 17g	エネルギー 493kcal たんぱく質 18g	エネルギー 488kcal たんぱく質 19g	エネルギー 494kcal たんぱく質 16g	エネルギー 512kcal たんぱく質 21g	エネルギー 493kcal たんぱく質 17g	エネルギー 490kcal 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。



モルツウェル株式会社