



←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。

	7/20 (月)	7/21 (火)	7/22 (水)	7/23 (木)	7/24 (金)	7/25 (土)	7/26 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏天	カレイの味噌焼	鶏団子の甘酢	アジの青しそオイル焼き	鶏肉の生姜煮	サワラのネーズ焼き	野菜肉巻き天
	三色ピーマン胡麻炒め	インゲン揚げ煮	青菜煮浸し	豚肉のポン酢炒め	じゃが芋の煮物	青菜、竹輪煮	いんげんおかか炒め
	冬瓜の煮物	マーボー春雨	茄子の香味だれ	ごうやチャンプル	大根と若布の酢の物	しめじの酢の物	干し大根煮
	玉葱の卵とじ	ミロールキャベツ煮	もやし胡麻酢和え	胡瓜ときくらげの酢の物	春雨の中華サラダ	ごぼう蒸し鶏サラダ	胡瓜と竹輪の酢の物
	エネルギー 494kcal たんぱく質 14g	エネルギー 470kcal 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 17g	エネルギー 509kcal たんぱく質 21g	エネルギー 493kcal たんぱく質 15g	エネルギー 494kcal たんぱく質 14g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚粕漬焼	トンカツ卵とじ	煮サバ	タンドリーライトチキン	揚げカレイの野菜あんかけ	豚肉の中華天婦羅	サバの土佐焼
	ジャーマンポテト	胡瓜とらっきょうの酢の物	蒟蒻の中華風旨煮	高野のそぼろ煮	マカロニサラダ	人参の胡麻酢和え	ブロッコリーの煮浸し
	煮物	三色金平	山くらげの金平風	ブロッコリー胡麻炒め	チンゲンサイ豚炒め	ビーフカレー炒め	大豆の甘辛煮
	蒸し鶏と野菜の和風炒め	レンコンペペロンチーノ	もずくの酢の物	南瓜のマリネ	夏なます	金平れんこん	キャベツパスタ
	エネルギー 494kcal たんぱく質 14g	エネルギー 514kcal たんぱく質 17g	エネルギー 495kcal たんぱく質 15g	エネルギー 492kcal たんぱく質 13g	エネルギー 478kcal たんぱく質 12g	エネルギー 494kcal たんぱく質 15g	エネルギー 490kcal 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。

	7/27 (月)	7/28 (火)	7/29 (水)	7/30 (木)	7/31 (金)	8/1 (土)	8/2 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	煮込みハンバーグ	ホッケの漬焼	肉じゃがコロッケ	カレーの漬け焼	鶏のゆかりマヨ焼き	赤魚の野菜あんかけ	鶏肉のレモンオイル焼
	青菜とつきこんの煮浸し	胡瓜と生姜の酢の物	青菜と赤ピーマンの煮浸し	青菜揚げ煮	人参と蒟蒻のピーナツ和え	時雨煮	大根の煮物
	昆布の金平	イカリ金平	落甘酢和え	蓮根の梅煮	カレーマカロニサラダ	高野と茄子の煮物	インゲンのおかか煮
	玉葱マリネ	ブロッコリーオニオン炒め	大根炒め煮	若布サラダ	ごぼう煮	大根と葱の酢の物	スパゲティサラダ
	エネルギー 527kcal たんぱく質 24g	エネルギー 444kcal たんぱく質 11g	エネルギー 491kcal たんぱく質 9g	エネルギー 447kcal たんぱく質 11g	エネルギー 493kcal たんぱく質 12g	エネルギー 486kcal たんぱく質 12g	エネルギー 481kcal たんぱく質 13g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	タラの天ぷら	ホイコーロー	アジのレモンマリネ	鶏肉の磯部揚げ	サバの味噌煮	豚肉の照味噌炒め	磯辺白身フライ
	人参の香味炒め	ひじき五目煮	ポテトサラダ	胡瓜とカニカマの酢の物	春雨のジャージャー炒め	青菜、竹輪の中華炒め	ごぼうサラダ
	バンサンスー	ピーマンの甘辛煮	キャベツと蒸し鶏のナムル	炊き合わせ	ピーマンじゃこ炒め	かき揚げ	焼そば
	蓮根のわさびサラダ	枝豆酢の物	夏野菜の煮物	インゲンソテー	糸瓜の酢の物	もやしと人参の酢の物	キャベツと炒り卵の酢の物
	エネルギー 464kcal たんぱく質 11g	エネルギー 546kcal たんぱく質 18g	エネルギー 494kcal たんぱく質 15g	エネルギー 538kcal たんぱく質 22g	エネルギー 496kcal たんぱく質 15g	エネルギー 502kcal たんぱく質 15g	エネルギー 507kcal たんぱく質 13g

※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。

	7/20 (月)	7/21 (火)	7/22 (水)	7/23 (木)	7/24 (金)	7/25 (土)	7/26 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏天	カレイの味噌焼	鶏団子の甘酢	アジの青しそオイル焼き	鶏肉の生姜煮	サワラのネーズ焼き	野菜肉巻き天
	三色ピーマン胡麻炒め	付)枝豆かきあげ	茄子の香味だれ	付) おくら素揚げ	じゃが芋の煮物	付) ごぼう蒸し鶏サラダ	いんげんおかか炒め
	玉葱の卵とじ	マーボー春雨	もやし胡麻酢和え	豚肉のポン酢炒め	春雨の中華サラダ	青菜、竹輪煮	干し大根煮
	エネルギー補給ゼリー-80	ミロールキャベツ煮 エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80	ごうやチャンプル フルーツ缶		ホイコーロー	エネルギー補給ゼリー-80
	エネルギー 580kcal たんぱく質 14g	エネルギー 586kcal たんぱく質 15g	エネルギー 576kcal たんぱく質 17g	エネルギー 557kcal たんぱく質 17g	エネルギー 558kcal たんぱく質 21g	エネルギー 559kcal たんぱく質 17g	エネルギー 580kcal たんぱく質 14g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚粕漬焼	トンカツ卵とじ	煮サバ	タンドリーライトチキン	揚げカレイの野菜あんかけ	豚肉の中華天婦羅	サバの土佐焼
	付)かきあげ	三色金平	付)きのこのかき揚げ	炊き合わせ	マカロニサラダ	付)ピーマンカレー炒め	付)ごぼうの黒胡麻かき揚げ
	ジャーマンポテト	レンコンペロンチーノ	蒟蒻の中華風旨煮	南瓜のマリネ	チゲンサイ豚炒め	人参の胡麻酢和え	大豆の甘辛煮
	蒸し鶏と野菜の和風炒め		山くらげの金平風		エネルギー補給ゼリー-80	ハートコンチンジャオ入風	キャベツピークルス
	エネルギー 538kcal たんぱく質 13g	エネルギー 531kcal たんぱく質 18g	エネルギー 542kcal たんぱく質 16g	エネルギー 560kcal たんぱく質 17g	エネルギー 561kcal たんぱく質 12g	エネルギー 557kcal たんぱく質 16g	エネルギー 538kcal たんぱく質 19g

※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。

	7/27 (月)	7/28 (火)	7/29 (水)	7/30 (木)	7/31 (金)	8/1 (土)	8/2 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	ハンバーグ	ホッケの漬焼	肉じゃがコロッケ	カレーの漬け焼	鶏のゆかりマヨ焼き	赤魚の野菜あんかけ	鶏肉のレモンオイル焼
	付)ゴーヤかき揚げ	付)椎茸天	付)玉子焼き	付)かき揚げ	カレーマカロニサラダ	時雨煮	付)スパゲティサラダ
	青菜とつきこんの煮浸し	ｲｸﾗﾝ金平	青菜と赤ﾍﾟｰﾏﾝの煮浸し	八宝菜	カリフラワーと桜エビの酢の物	高野と茄子の煮物	大根の煮物
	玉葱マリネ	五目煮	春雨サラダ	蓮根の梅煮	エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80	ｲﾝｴﾝのおかか煮
		フルーツ缶		エネルギー補給ゼリー-80			フルーツ缶
	エネルギー 569kcal たんぱく質 21g	エネルギー 525kcal たんぱく質 14g	エネルギー 582kcal たんぱく質 16g	エネルギー 550kcal たんぱく質 11g	エネルギー 582kcal たんぱく質 12g	エネルギー 546kcal たんぱく質 12g	エネルギー 519kcal たんぱく質 14g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	タラの天ぷら	ホイコーロー	アジのレモンマリネ	鶏肉の磯部揚げ	サバの味噌煮	豚肉の照味噌炒め	磯辺白身フライ
	付)バンサンスー	中華風卵とじ	付)ポテトサラダ	炊き合わせ	付)ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾂ	付)かき揚げ	付)焼そば
	人参の香味炒め	ﾍﾟｰﾏﾝの甘辛煮	ｷﾞﾊﾞｯﾄと蒸し鶏のﾈｯﾄ	ｲﾝｴﾝソテー	春雨のジャージャー炒め	筑前煮	ごぼうサラダ
	蓮根のわさびサラダ		しめじと竹輪の ｶｰ醤油炒め	フルーツ缶	ピーマンじゃこ炒め	もやしと人参の酢の物	肉じゃが
	エネルギー 547kcal たんぱく質 12g	エネルギー 591kcal たんぱく質 17g	エネルギー 537kcal たんぱく質 17g	エネルギー 568kcal たんぱく質 22g	エネルギー 538kcal たんぱく質 16g	エネルギー 573kcal たんぱく質 20g	エネルギー 597kcal 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。

	7/20 (月)	7/21 (火)	7/22 (水)	7/23 (木)	7/24 (金)	7/25 (土)	7/26 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏天	カレイの味噌焼	鶏団子の甘酢	アジの青しそオイル焼き	鶏肉の生姜煮	サワラのネーズ焼き	野菜肉巻き天
	付) 三色ビター胡麻炒め	付) インゲン揚げ煮	野菜のオスター炒め	付) 枵ろのおかか煮	大根と若布の酢の物	付) 青菜、竹輪煮	付) いんげんおかか炒め
	冬瓜の煮物	マーボー春雨	茄子の香味だれ	豚肉のポン酢炒め	春雨の中華サラダ	しめじの酢の物	干し大根煮
	玉葱の卵とじ	ミロールキャベツ煮		胡瓜ときくらげの酢の物		ごぼう蒸し鶏サラダ	胡瓜と竹輪の酢の物
	エネルギー 495kcal たんぱく質 14g	エネルギー 467kcal たんぱく質 15g	エネルギー 479kcal たんぱく質 17g	エネルギー 476kcal たんぱく質 15g	エネルギー 494kcal たんぱく質 20g	エネルギー 493kcal たんぱく質 15g	エネルギー 494kcal たんぱく質 14g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚粕漬焼	トンカツ卵とじ	煮サバ	タンドリーフライドチキン	揚げカレイの野菜あんかけ	豚肉の中華天婦羅	サバの土佐焼
	付) 蒸し鶏と野菜の和風炒め	胡瓜とらっきょうの酢の物	付) 山くらげの金平風	付) ブロッコリー胡麻炒め	付) マカロニサラダ	人参の胡麻酢和え	付) ブロッコリーの煮浸し
	ジャーマンポテト	枝豆サラダ	蒟蒻の中華風旨煮	高野のそぼろ煮	チゲンサイ豚炒め	ハートチンジャオ入風	大豆の甘辛煮
	煮物		もずくの酢の物	南瓜のマリネ	夏なます		キャベツピクルス
	エネルギー 493kcal たんぱく質 14g	エネルギー 519kcal たんぱく質 17g	エネルギー 508kcal たんぱく質 15g	エネルギー 509kcal たんぱく質 12g	エネルギー 490kcal たんぱく質 12g	エネルギー 495kcal たんぱく質 14g	エネルギー 490kcal 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。

	7/27 (月)	7/28 (火)	7/29 (水)	7/30 (木)	7/31 (金)	8/1 (土)	8/2 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	煮込みハンバーグ	ホッケの漬焼	肉じゃがコロッケ	カレーの漬け焼	鶏のゆかりマヨ焼き	赤魚の野菜あんかけ	鶏肉のレモンオイル焼
	青菜とつきこんの煮浸し	付) イタリアン金平	付) 青菜と赤ピーマンの煮浸し	付) 蓮根の梅煮	カレーマカロニサラダ	付) 大根と葱の酢の物	付) イケンのおかか煮
	昆布の金平	五目煮	露甘酢和え	八宝菜	ごぼう煮	高野と茄子の煮物	大根の煮物
		ブロッコリーオニオン炒め	大根炒め煮	若布サラダ		若布の卵とじ	スパゲティサラダ
	エネルギー 499kcal たんぱく質 24g	エネルギー 473kcal たんぱく質 14g	エネルギー 491kcal たんぱく質 9g	エネルギー 469kcal たんぱく質 12g	エネルギー 491kcal たんぱく質 11g	エネルギー 492kcal たんぱく質 12g	エネルギー 481kcal たんぱく質 12g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	タラの天ぷら	ホイコーロー	アジのレモンマリネ	鶏肉の磯部揚げ	サバの味噌煮	豚肉の照味噌炒め	磯辺白身フライ
	付) 人参の香味炒め	ピーマンの甘辛煮	付) ポテトサラダ	胡瓜とカニカマの酢の物	付) 糸瓜の酢の物	付) 青菜、竹輪の中華炒め	付) ごぼうサラダ
	バンサンスー	枝豆酢の物	キャベツと蒸し鶏のナムル	イケンソテー	春雨のジャージャー炒め	かき揚げ	キャベツと炒り卵の酢の物
	蓮根のわさびサラダ		夏野菜の煮物		ピーマンじゃこ炒め	もやしと人参の酢の物	肉じゃが
	エネルギー 492kcal たんぱく質 11g	エネルギー 514kcal たんぱく質 16g	エネルギー 496kcal たんぱく質 15g	エネルギー 519kcal たんぱく質 21g	エネルギー 494kcal たんぱく質 15g	エネルギー 495kcal たんぱく質 15g	エネルギー 510kcal 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。



モルツウェル 株式会社