



←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。

	8 / 3 1 (月)	9 / 1 (火)	9 / 2 (水)	9 / 3 (木)	9 / 4 (金)	9 / 5 (土)	9 / 6 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サワラの粕漬け焼き	鶏肉の柚子胡椒焼	サケの漬け焼	豚肉の胡麻生姜焼	サバの味噌煮	焼鳥	タラのバジルオイル焼
	南瓜のそぼろ煮	ひじきサラダ	肉じゃが	キャベツ、ベーコン煮	胡瓜とカニカマの酢の物	高野のそぼろ煮	きのこのかき揚げ
	絹厚揚げ絹さや煮	里芋のみたらし	チリコンカン	春雨の中華サラダ	ポテトベーコンサラダ	スクランブルエッグチリソースかけ	ホイコーロー
	胡瓜と竹輪の酢の物	人参の香味炒め	もやし胡麻酢和え	若布と玉ねぎの酢の物	大根と鶏さつまの煮物	コールスローサラダ	里芋と蒟蒻の土佐煮
	エネルギー 449kcal たんぱく質 16g	エネルギー 528kcal たんぱく質 20g	エネルギー 482kcal たんぱく質 17g	エネルギー 508kcal たんぱく質 14g	エネルギー 491kcal たんぱく質 17g	エネルギー 516kcal たんぱく質 17g	エネルギー 476kcal たんぱく質 11g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏天	白身魚の赤しそ天ぷら	トンカツ卵とじ	アジの照り焼き	豆腐ハンバーグ マーボーだれかけ	メバルの野菜あんかけ	お好み焼き風天ぷら
	ポテトサラダ	マカロニサラダ	三色金平	青菜と赤ピーマンの煮浸し	キャベツナムル	スパゲティサラダ	もやしの中華風卵とじ
	若布とシラスの酢の物	青菜のピーナツ和え	昆布サラダ	炊き合わせ	茄子の利休煮	人参カレーライス	昆布煮
	ニラの卵とじ	インゲン揚げ煮	カリフラワーの酢の物	蒸し鶏と野菜の和風炒め	蓮根のわさびサラダ	カリフラワーベーコン煮	大根と葱の酢の物
	エネルギー 537kcal たんぱく質 22g	エネルギー 463kcal たんぱく質 11g	エネルギー 504kcal たんぱく質 17g	エネルギー 479kcal たんぱく質 15g	エネルギー 496kcal たんぱく質 19g	エネルギー 471kcal たんぱく質 10g	エネルギー 513kcal たんぱく質 16g

※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。

	9 / 7 (月)	9 / 8 (火)	9 / 9 (水)	9 / 10 (木)	9 / 11 (金)	9 / 12 (土)	9 / 13 (日)
昼 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	タンドリーライトチキン	カレーの野菜カレーかけ	鶏のつくね焼	タラのパン粉焼き	豚しゃぶ	サワラのレモンオイル焼	親子煮
	青菜のピーナツ和え	マカロニの梅しそサラダ	昆布サラダ	干大根の三杯酢	ふろふき大根胡麻味噌だれ	山吹和え	コールスーサラダ
	レンコンペロンチーノ	胡瓜ときくらげの酢の物	三色ナムル	蒸し鶏と若布の炒り煮	もずくの酢の物	チンジャオロース	わらのわさび和え
	玉葱マリネ	大豆とひじきの中華煮	大根竹輪煮	枝豆サラダ	ポトフ	南瓜インゲン煮	しめじと昆布の酢の物
	エネルギー 536kcal たんぱく質 21g	エネルギー 470kcal たんぱく質 12g	エネルギー 496kcal たんぱく質 17g	エネルギー 431kcal たんぱく質 9g	エネルギー 497kcal たんぱく質 17g	エネルギー 492kcal たんぱく質 17g	エネルギー 508kcal たんぱく質 23g
夕 食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サバの照り焼き	ピーマン肉詰めフライ	アジの天婦羅	ナスのはさみ揚げ	ブりの西京焼	野菜肉巻き	サバの生姜煮
	若布サラダ	ブロッコリーと キノコのバター炒め	ツナサラダ	卵サラダ	青菜シーフードソテー	蒟蒻の中華風旨煮	じゃが芋の酢の物
	八宝菜	人参のりんご酢和え	五目煮	マーボー豆腐	三角とうふ天煮	金平れんこん	路と車麩の煮物
	茄子ミート	春雨サラダ	カリフラワーピクルス	インゲン揚げ煮	もやし胡麻酢和え	ごぼうサラダ	茄子のオランダ煮
	エネルギー 454kcal たんぱく質 16g	エネルギー 516kcal たんぱく質 15g	エネルギー 495kcal たんぱく質 18g	エネルギー 554kcal たんぱく質 17g	エネルギー 494kcal たんぱく質 10g	エネルギー 495kcal たんぱく質 14g	エネルギー 477kcal 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。



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。

	8 / 3 1 (月)	9 / 1 (火)	9 / 2 (水)	9 / 3 (木)	9 / 4 (金)	9 / 5 (土)	9 / 6 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サワラの粕漬け焼き	鶏肉の柚子胡椒焼	サケの漬け焼	豚肉の胡麻生姜焼	サバの味噌煮	焼鳥	タラのバジルオイル焼
	付)竹輪のかき揚げ	付) ヤングコーン素揚げ	付)かきあげ	キャベツ、ベーコン煮	付)おくら天	付)ごぼうのかき揚げ	付)きのこのかき揚げ
	南瓜のそぼろ煮	里芋のみたらし	細切高野の卵とじ	春雨の中華サラダ	ポテトベーコンサラダ	スクランブルエッグチリソースかけ	ホイコーロー
	大根のカルビナラ風	人参の香味炒め	肉じゃが エネルギー補給ゼリー-80	エネルギー補給ゼリー-80	大根と鶏さつまいもの煮物	コールスローサラダ	バンサンスー
	エネルギー 571kcal たんぱく質 16g	エネルギー 594kcal たんぱく質 20g	エネルギー 580kcal たんぱく質 15g	エネルギー 569kcal たんぱく質 14g	エネルギー 554kcal たんぱく質 17g	エネルギー 567kcal たんぱく質 17g	エネルギー 540kcal たんぱく質 12g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	チンカツ	白身魚の赤しそ天ぷら	トンカツ卵とじ	アジの照り焼き	鶏唐揚げ	メバルの野菜あんかけ	お好み焼き風天ぷら
	付)ポテトサラダ	付)マカロニサラダ	三色金平	付)かき揚げ	付) シアター人参素揚げ	付)スパゲティサラダ	もやし中華風卵とじ
	チャブチ風炒め	豚肉と茄子の味噌炒め	カリフラワーの酢の物	炊き合わせ	茄子の利休煮	ごぼうチャンプル	金時豆煮
	ニラの卵とじ	青菜のピーナツ和え		蒸し鶏と野菜の和風炒め	蓮根のわさびサラダ	カリフラワーベーコン煮	フルーツ缶
	エネルギー 545kcal たんぱく質 17g	エネルギー 523kcal たんぱく質 13g	エネルギー 536kcal たんぱく質 18g	エネルギー 549kcal たんぱく質 15g	エネルギー 562kcal たんぱく質 16g	エネルギー 549kcal たんぱく質 14g	エネルギー 576kcal 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。

◆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。

	9 / 7 (月)	9 / 8 (火)	9 / 9 (水)	9 / 10 (木)	9 / 11 (金)	9 / 12 (土)	9 / 13 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	タンドリーライトチキン	カレーの野菜チリソースかけ	鶏のつくね焼	タラのパン粉焼き	豚しゃぶ	サワラのレモンオイル焼	コロッケ
	付)レンコンペペロンチーノ	玉葱の卵とじ	付)ミックスかきあげ	付)枝豆かきあげ	ふろふき大根胡麻味噌だれ	付)人参の黒胡麻かき揚げ	付)玉子焼き
	青菜のピーナツ和え	マカロニの梅サラダ	焼そば	干大根の三杯酢	ポトフ	チンジャオロース	コールスローサラダ
	ごぼうの変わり金平	エネルギー補給ゼリー-80	三色ナムル	玉子焼き エネルギー補給ゼリー-80		南瓜インゲン煮	春雨の中華炒め
	エネルギー 557kcal たんぱく質 19g	エネルギー 559kcal たんぱく質 13g	エネルギー 601kcal たんぱく質 18g	エネルギー 550kcal たんぱく質 14g	エネルギー 529kcal たんぱく質 18g	エネルギー 568kcal たんぱく質 16g	エネルギー 587kcal たんぱく質 15g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サバの照り焼き	ピーマン肉詰めフライ	アジの天婦羅	ナスのはさみ揚げ	ブリの西京焼	野菜肉巻き	サバの生姜煮
	付) おくら素揚げ	白みそのどて煮	ツナサラダ	付)卵サラダ	付)青菜シーフードソテー	大根とハムの酢の物	付) フライドポテト
	いんげんと揚げのめた	春雨サラダ	カリフラワーピクルス	マーボー豆腐	茄子と鶏肉の南蛮煮	ごぼうサラダ	路と車麴の煮物
	茄子ミート エネルギー補給ゼリー-80		フルーツ缶	インゲン揚げ煮	三角とうふ天煮	エネルギー補給ゼリー-80	茄子のオランダ煮
	エネルギー 561kcal たんぱく質 15g	エネルギー 557kcal たんぱく質 18g	エネルギー 517kcal たんぱく質 15g	エネルギー 566kcal たんぱく質 18g	エネルギー 587kcal たんぱく質 13g	エネルギー 549kcal たんぱく質 14g	エネルギー 532kcal 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。





←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。

	8 / 3 1 (月)	9 / 1 (火)	9 / 2 (水)	9 / 3 (木)	9 / 4 (金)	9 / 5 (土)	9 / 6 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サワラの粕漬け焼き	鶏肉の柚子胡椒焼	サケの漬け焼	豚肉の胡麻生姜焼	サバの味噌煮	焼鳥	タラのバジルオイル焼
	付) 大根の加熱ナール風	ひじきサラダ	付) 細切高野の卵とじ	付) キャベツ、ベーコン煮	付) 胡瓜とカニカマの酢の物	高野のそぼろ煮	付) バンサンスー
	南瓜のそぼろ煮	人参の香味炒め	肉じゃが	春雨の中華サラダ	ポテトベーコンサラダ	コールスローサラダ	きのこのかき揚げ
	絹厚揚げ絹さや煮		チリコンカン	オクラの胡麻和え	大根と鶏さつまいもの煮物		里芋と蒟蒻の土佐煮
	エネルギー 493kcal たんぱく質 16g	エネルギー 493kcal たんぱく質 20g	エネルギー 495kcal たんぱく質 19g	エネルギー 514kcal たんぱく質 13g	エネルギー 484kcal たんぱく質 17g	エネルギー 449kcal たんぱく質 12g	エネルギー 491kcal たんぱく質 10g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏天	白身魚の赤しそ天ぷら	トンカツ卵とじ	アジの照り焼き	豆腐ハンバーグ マーボーだれかけ	メバルの野菜あんかけ	お好み焼き風天ぷら
	ポテトサラダ	付) マカロニサラダ	三色金平	付) 青菜と赤ピーマンの煮浸し	キャベツナムル	付) スパゲティサラダ	もやし中華風卵とじ
	若布とシラスの酢の物	豚肉と茄子の味噌炒め	昆布サラダ	炊き合わせ	蓮根のわさびサラダ	ごぼうチャンプル	大根と葱の酢の物
		インゲン揚げ煮		蒸し鶏と野菜の和風炒め		カリフラワーベーコン煮	
	エネルギー 494kcal たんぱく質 20g	エネルギー 497kcal たんぱく質 14g	エネルギー 494kcal たんぱく質 14g	エネルギー 476kcal たんぱく質 15g	エネルギー 500kcal たんぱく質 18g	エネルギー 540kcal たんぱく質 13g	エネルギー 500kcal 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。

◆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。

	9 / 7 (月)	9 / 8 (火)	9 / 9 (水)	9 / 10 (木)	9 / 11 (金)	9 / 12 (土)	9 / 13 (日)
昼食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	タンドリーライトチキン	カレーの野菜リソースかけ	鶏のつくね焼	タラのパン粉焼き	豚しゃぶ	サワラのレモンオイル焼	親子煮
	青菜のピーナツ和え	付) マカロニの梅しそサラダ	焼そば	付) 干大根の三杯酢	パロツリサラダ	付) 山吹和え	コールスローサラダ
	ごぼうの変わり金平	玉葱の卵とじ	三色ナムル	蒸し鶏と若布の炒り煮	もずくの酢の物	チンジャオロース	しめじと昆布の酢の物
		大豆とひじきの中華煮		枝豆サラダ		南瓜インゲン煮	
	エネルギー 496kcal たんぱく質 20g	エネルギー 491kcal たんぱく質 14g	エネルギー 498kcal たんぱく質 17g	エネルギー 431kcal たんぱく質 9g	エネルギー 495kcal たんぱく質 15g	エネルギー 494kcal たんぱく質 17g	エネルギー 498kcal たんぱく質 22g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	サバの照り焼き	ピーマン肉詰めフライ	アジの天婦羅	ナスのはさみ揚げ	ブリの西京焼	野菜肉巻き	サバの生姜煮
	付) 若布サラダ	人参のりんご酢和え	付) ツナサラダ	付) 卵サラダ	付) 青菜シーフードソテー	付) ごぼうサラダ	付) ジャガ芋の酢の物
	八宝菜	春雨サラダ	五目煮	マーボー豆腐	三角とうふ天煮	蒟蒻の中華風旨煮	茄子のオランダ煮
	茄子ミート		カリフラワーピクルス	インゲン揚げ煮	もやし胡麻酢和え	金平れんこん	千草焼きあんかけ
	エネルギー 493kcal たんぱく質 16g	エネルギー 495kcal たんぱく質 15g	エネルギー 491kcal たんぱく質 18g	エネルギー 556kcal たんぱく質 17g	エネルギー 496kcal たんぱく質 10g	エネルギー 492kcal たんぱく質 14g	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。