













塩分カロリー調整食

塩分・エネルギー(カロリー)などの摂りすぎに配慮したお食事です




N-1 和のおかず7食セット ~ベーシックな和風おかずセットです~

牛肉のすき煮	さばの味噌煮	赤魚の煮付け	たらの西京焼き	肉じゃが	チキンカツのおろしあん	照り焼きハンバーグ
 <ul style="list-style-type: none"> 牛肉のすき煮 かぼちゃの煮物 根菜と青菜の 袖胡椒きんぴら ひじきの炒り煮 	 <ul style="list-style-type: none"> さばの味噌煮 干し海老入り 卵の花 豆腐しんじょと 野菜の炊き合わせ 切干大根 	 <ul style="list-style-type: none"> 赤魚の煮付け 里芋となすの そばろあんかけ キャベツと干し海 老の炒め物 いんげんのごま和え 	 <ul style="list-style-type: none"> たらの西京焼き ブロッコリーの塩 炒め 大根のかに湯葉 あんかけ 大学芋 	 <ul style="list-style-type: none"> 肉じゃが キャベツとひき肉 のみそ炒め 切干大根の煮物 ほうれん草の 袖胡椒和え 	 <ul style="list-style-type: none"> チキンカツの おろしあん きんぴらごぼう いんげんの玉子炒め 五目豆煮 	 <ul style="list-style-type: none"> 照り焼き ハンバーグ ジャーマンポテト 野菜のラトウイユ 小松菜のお浸し

N-2 おまかせ和洋中セット ~迷ったらコレ!和洋中楽しめるセットです~

チキンカレー	牛焼肉風	とんかつの玉子あんかけ	揚げ鶏のチリソース	たらと海老のクリーム煮	赤魚の照り焼き	豚肉の生姜焼き
 <ul style="list-style-type: none"> チキンカレー ほうれん草のお浸し 彩りきんぴら マカロニの ケチャップ炒め 	 <ul style="list-style-type: none"> 牛焼肉風 根菜と里芋のうま煮 チンゲン菜炒め 春雨サラダ 	 <ul style="list-style-type: none"> とんかつの 玉子あんかけ なすとピーマンの なべしぎ 里芋のごま煮 小松菜和風和え 	 <ul style="list-style-type: none"> 揚げ鶏のチリソース 玉子と木耳の炒め物 切干大根の煮物 いんげんのソテー 	 <ul style="list-style-type: none"> たらと海老の クリーム煮 キャベツとベーコン の炒め物 れんこん煮 かぼちゃ煮 	 <ul style="list-style-type: none"> 赤魚の照り焼き ひじきの炒り煮 ブロッコリーの 信田和え きんぴらごぼう 	 <ul style="list-style-type: none"> 豚肉の生姜焼き コンソメ煮 切り昆布の煮物 ほうれん草ごま和え



N-3 肉のおかずセット ~お肉が大好きな方におすすめのおかずセットです~

牛肉の赤ワイン煮	チキン南蛮	鶏肉のトマトソース	トマトデミグラスハンバーグ	みそかつ	鶏の唐揚げ彩り塩だれ	ホイコーロー
 <ul style="list-style-type: none"> 牛肉の赤ワイン煮 野菜のスープ煮 小松菜炒め カレーポテト サラダ 	 <ul style="list-style-type: none"> チキン南蛮 れんこんの彩り きんぴら ひじきの炒り煮 小松菜とえのき お浸し 	 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉のトマトソース 青菜炒め なすのそばろあん マッシュポテト 	 <ul style="list-style-type: none"> トマトデミソース ハンバーグ アスパラ炒め きのこ野菜の カレー炒め 蒸し鶏のサラダ 	 <ul style="list-style-type: none"> みそかつ ブロッコリーとえび の塩炒め 変わりきんぴら ほうれん草のお浸し 	 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉のから揚げ 彩り塩だれ ほうれん草炒め のっぺい煮 いんげんとコーン の炒め物 	 <ul style="list-style-type: none"> ホイコーロー 春雨と筍のオイス ターソース炒め さつまいもごま風味 チンゲン菜黄金和え

N-4 魚介のおかずセット ~お魚が大好きな方におすすめのおかずセットです~

鮭のちゃんちゃん焼き風	からすがれいの甘酢あん	シーフードシチュー	たらのパイヤベース風	さわらの粕漬け焼き	さばの塩麹焼き	赤魚の唐揚げ野菜あんかけ
 <ul style="list-style-type: none"> 鮭のちゃんちゃん 焼き風 ブロッコリーのかに あん 五目昆布煮 じゃがいも バター風味 	 <ul style="list-style-type: none"> からすがれいの 甘酢あん 小松菜のお浸し さつまいもと切り 昆布の煮物 いんげんの黄金 和え 	 <ul style="list-style-type: none"> シーフードシチュー 豚肉とアスパラの 塩炒め なすとかぼちゃの 揚げ浸し 	 <ul style="list-style-type: none"> たらの パイヤベース風 ブロッコリーの クリームあん 豚肉と野菜の卵とじ ビーファン炒め 	 <ul style="list-style-type: none"> さわらの粕漬け焼き 味噌ごま炒り豆腐 ほうれん草炒め 里芋の梅おかか和え 	 <ul style="list-style-type: none"> さばの塩麹焼き 里芋の袖みそだれ ひじきの炒り煮 小松菜ときのこの 二色浸し 	 <ul style="list-style-type: none"> 赤魚の唐揚げ和風 野菜あんかけ ふきのおかか煮 揚げなすのみそあん さつまいもの オレンジ煮

N-5 バラエティセット ~お肉もお魚も楽しめるバラエティ豊かなセットです~

鶏肉の塩麹焼き	鶏唐揚げと野菜の黒酢あん	たらの塩昆布和風蒸し	かつカレー	ハンバーグと目玉焼き風オムレツ	えびカツ	チンジャオロース
 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉の塩麹焼き ほうれん草と きのこの玉子炒め 切り昆布の煮物 なすの揚げ煮 	 <ul style="list-style-type: none"> 鶏唐揚げと野菜 の黒酢あんかけ ブロッコリーの 煮浸し キャベツと木耳の 炒め物 	 <ul style="list-style-type: none"> たらの塩昆布 和風蒸し 高野豆腐と根菜の けんちん煮 じゃがいもとえびの カレー炒め 	 <ul style="list-style-type: none"> かつカレー 里芋の和風あんかけ アスパラのお浸し 三色ピーマンの 炒め物 	 <ul style="list-style-type: none"> ハンバーグと 目玉焼きオムレツ なすと蒸し鶏の なべしぎ ナポリタン りんご入りきんとん 	 <ul style="list-style-type: none"> えびカツ 根菜の甘辛煮 キャベツときのこ 炒め 里芋の袖みそ和え 	 <ul style="list-style-type: none"> チンジャオロース 八宝菜 しゅうまい ひじきのごま浸し