

9月

## 献立表

選択メニュー日は、A・Bのどちらか選んで下さい。月曜日に栄養科スタッフが選択用紙を持って伺いに参りますので、予め選んでおいて下さい。※選択メニューによる自己負担はございません。尚、特別食（糖尿食・減塩食など）の患者さんは対象外となります。

毎週金曜日発行



選択メニュー日 (昼・夕にそれぞれA・Bどちらかを選んで下さい)	1日(火)	朝食	味噌汁 炊き寄せ煮 ふりかけ 牛乳	昼食	A	赤だし 鶏の梅肉焼き 卵とじ 生姜和え	糖尿食	鶏の梅肉焼き 卵とじ 生姜和え	夕食	A	赤魚のおろし煮 里芋の胡麻味噌煮 酢の物	糖尿食	赤魚のおろし煮 里芋の胡麻味噌煮 酢の物
					B	木の葉うどん 生姜和え オレンジ ヨーグルト	減塩食	鶏の梅肉焼き 卵とじ 生姜和え		B	ホキのフライタルタルソース 里芋の胡麻味噌煮 酢の物	減塩食	赤魚のおろし煮 里芋の胡麻味噌煮 酢の物
	2日(水)	朝食	味噌汁 湯豆腐 牛乳 漬物	昼食	A	コーンスープ カレイのピカタ トマトのサラダ 千切り煮	糖尿食	カレイのピカタ トマトのサラダ 千切り煮	夕食	A	ひじきご飯 千草焼き 野菜炒め すいか	糖尿食	ひじきご飯 千草焼き 野菜炒め すいか
					B	コーンスープ やきめし トマトのサラダ 果物ゼリー	減塩食	カレイのピカタ トマトのサラダ 千切り煮		B	ひじきご飯 鯛の信州蒸し 野菜炒め 梅肉和え	減塩食	ひじきご飯 千草焼き 野菜炒め すいか
3日(木)	朝食	味噌汁 含め煮 牛乳 鯛味噌	昼食	A	豚汁 焼魚(ほっけ) 舞茸きんぴら ごま和え	糖尿食	焼魚(ほっけ) 舞茸きんぴら ごま和え	夕食	A	和風ハンバーグ 茄子ベーコン煮 春雨の酢の物	糖尿食	和風ハンバーグ 茄子ベーコン煮 春雨の酢の物	
				B	串カツ 舞茸きんぴら ごま和え	減塩食	焼魚(ほっけ) 舞茸きんぴら ごま和え		B	チーズオムレツデミグラスソース 茄子ベーコン煮 春雨の酢の物	減塩食	和風ハンバーグ 茄子ベーコン煮 春雨の酢の物	
4日(金)	朝食	味噌汁 焼魚(鮭) 牛乳 味付け海苔	昼食	A	味噌汁 エビフライ 煮物 ピーナッツ和え	糖尿食	エビフライ 煮物 ピーナッツ和え	夕食	A	牛肉とピーマンの炒め物 ポテトきんぴら わさび醤油和え	糖尿食	鶏の治部煮 ポテトきんぴら わさび醤油和え	
				B	味噌汁 カレイの味噌マヨ焼き 煮物 茶せん茄子	減塩食	エビフライ 煮物 ピーナッツ和え		B	棒々鶏 ポテトきんぴら わさび醤油和え	減塩食	牛肉とピーマンの炒め物 ポテトきんぴら わさび醤油和え	
統一メニュー日	5日(土)	朝食	味噌汁 温泉卵 ふりかけ 牛乳	昼食	清汁 麻婆豆腐 ポテトサラダ 土佐酢	糖尿・減塩食	麻婆豆腐 オーロラソースかけ (減塩：ポテトサラダ) 土佐酢	夕食	鶏のカレームニエル とろろ 即席漬	糖尿・減塩食	プレーンオムレツ (減塩：鶏のカレームニエル) とろろ 即席漬		
	6日(日)	朝食	味噌汁 千切り煮 牛乳 ふりかけ	昼食	そうめん汁 豚肉の胡麻味噌炒め 南瓜の煮付け 華風お浸し	糖尿・減塩食	豚肉の胡麻味噌炒め 南瓜の煮付け 華風お浸し 減塩：ヨーグルト	夕食	鯖の生姜焼 里芋のそぼろあんかけ 小松菜としらすの和え物	糖尿・減塩食	鯖の生姜焼 里芋のそぼろあんかけ 小松菜としらすの和え物		
	7日(月)	朝食	味噌汁 だし巻き卵 牛乳 味付け海苔	昼食	ハヤシライス 中華サラダ ヨーグルト	糖尿・減塩食	ハヤシライス 中華サラダ ノンシュガーゼリー (減塩：ヨーグルト)	夕食	鮭の味噌マヨ焼き 野菜のコンソメ煮 冷奴	糖尿・減塩食	鮭のカレームニエル 野菜のコンソメ煮 冷奴		