

3月

献立表

朝食の献立については一般食と制限食も同様の献立になっております。一部、例外の日もございますが、その部分につきましては糖尿・減塩（献立名）で記載しております。



7日 (火)	朝食	味噌汁 洋風たまごやき ふりかけ 牛乳	昼食	味噌汁 鮭のタルタルソースかけ きゅうりのみぞれ和え ほうれん草のごま和え ヨーグルト	糖尿食 減塩食	鮭のタルタルソースかけ きゅうりのみぞれ和え ほうれん草のごま和え ビタミンゼリー	夕食	八宝菜 湯豆腐 キャベツの浸し	糖尿食 減塩食	八宝菜 湯豆腐 キャベツの浸し
		味噌汁 小松菜の煮浸し 味付け海苔 牛乳		卵のあんかけ カリフラワーの オーロラソース和え 菜の花の浸し バナナ		卵のあんかけ カリフラワーの オーロラソース和え 菜の花の浸し バナナ		鱈の揚げおろし煮 炒り豆腐 キャベツの酢の物		鱈の揚げおろし煮 炒り豆腐 キャベツの酢の物
8日 (水)	朝食	味噌汁 湯豆腐 たいみそ 牛乳	昼食	すまし汁 鯖の山椒焼き 大根の麻婆風 白菜の辛子和え 果物ゼリー	糖尿食 減塩食	鯖の山椒焼き 大根の麻婆風 白菜の辛子和え ビタミンゼリー	夕食	つくねの照り焼き ほうれん草の煮浸し 青梗菜のツナ和え	糖尿食 減塩食	つくねの照り焼き ほうれん草の煮浸し 青梗菜のツナ和え
		味噌汁 大根おろし 野菜大豆煮 牛乳		すまし汁 鶏のみそ焼き さつまいものミルク煮 キャベツの わさび醤油和え		鶏のみそ焼き さつまいものミルク煮 キャベツの わさび醤油和え		鮭の豆腐 マヨネーズ焼き 大根の炒め煮 ほうれん草のごま和え		鮭の豆腐 マヨネーズ焼き 大根の炒め煮 ほうれん草のごま和え
9日 (木)	朝食	味噌汁 小松菜の煮浸し 味付け海苔 牛乳	昼食	すまし汁 鶏のみそ焼き さつまいものミルク煮 キャベツの わさび醤油和え	糖尿食 減塩食	鶏のみそ焼き さつまいものミルク煮 キャベツの わさび醤油和え	夕食	豚のケチャップ炒め 千切り煮 菜の花の浸し	糖尿食 減塩食	豚のケチャップ炒め 千切り煮 菜の花の浸し
		味噌汁 たいみそ 牛乳		すまし汁 鯖の山椒焼き 大根の麻婆風 白菜の辛子和え 果物ゼリー		鯖の山椒焼き 大根の麻婆風 白菜の辛子和え 果物ゼリー		つくねの照り焼き ほうれん草の煮浸し 青梗菜のツナ和え		つくねの照り焼き ほうれん草の煮浸し 青梗菜のツナ和え
10日 (金)	朝食	味噌汁 大根おろし 野菜大豆煮 牛乳	昼食	すまし汁 鶏のみそ焼き さつまいものミルク煮 キャベツの わさび醤油和え	糖尿食 減塩食	鶏のみそ焼き さつまいものミルク煮 キャベツの わさび醤油和え	夕食	煮魚（赤魚） 和風炒り卵 いんげんの ごまマヨネーズ和え	糖尿食 減塩食	煮魚（赤魚） 和風炒り卵 いんげんの ごまマヨネーズ和え
		味噌汁 とろろ うろり佃煮 牛乳		アジフライ 長芋のかにあんかけ 大根の和風サラダ ヨーグルト		アジフライ 長芋のかにあんかけ 大根の和風サラダ ヨーグルト		豚のケチャップ炒め 千切り煮 菜の花の浸し		豚のケチャップ炒め 千切り煮 菜の花の浸し
11日 (土)	朝食	味噌汁 白菜の煮物 のり佃煮 糖尿・減塩(たいみそ) 牛乳	昼食	クリームシチュー えびしゅうまい もやし中華サラダ	糖尿食 減塩食	クリームシチュー えびしゅうまい もやし中華サラダ	夕食	ほっけの塩焼き 野菜炒め もやしのナムル	糖尿食 減塩食	ほっけの塩焼き 野菜炒め もやしのナムル
		味噌汁 洋風たまごやき ふりかけ 牛乳		アジフライ 長芋のかにあんかけ 大根の和風サラダ ヨーグルト		アジフライ 長芋のかにあんかけ 大根の和風サラダ ヨーグルト		ほっけの塩焼き 野菜炒め もやしのナムル		ほっけの塩焼き 野菜炒め もやしのナムル
12日 (日)	朝食	味噌汁 大根おろし 野菜大豆煮 牛乳	昼食	すまし汁 鶏のみそ焼き さつまいものミルク煮 キャベツの わさび醤油和え	糖尿食 減塩食	鶏のみそ焼き さつまいものミルク煮 キャベツの わさび醤油和え	夕食	煮魚（赤魚） 和風炒り卵 いんげんの ごまマヨネーズ和え	糖尿食 減塩食	煮魚（赤魚） 和風炒り卵 いんげんの ごまマヨネーズ和え
		味噌汁 とろろ うろり佃煮 牛乳		アジフライ 長芋のかにあんかけ 大根の和風サラダ ヨーグルト		アジフライ 長芋のかにあんかけ 大根の和風サラダ ヨーグルト		豚のケチャップ炒め 千切り煮 菜の花の浸し		豚のケチャップ炒め 千切り煮 菜の花の浸し
13日 (月)	朝食	味噌汁 洋風たまごやき ふりかけ 牛乳	昼食	ハヤシライス 白菜の和風サラダ バナナ ヨーグルト	糖尿食 減塩食	ハヤシライス 白菜の和風サラダ バナナ ヨーグルト	夕食	ほっけの塩焼き 野菜炒め もやしのナムル	糖尿食 減塩食	ほっけの塩焼き 野菜炒め もやしのナムル
		味噌汁 とろろ うろり佃煮 牛乳		アジフライ 長芋のかにあんかけ 大根の和風サラダ ヨーグルト		アジフライ 長芋のかにあんかけ 大根の和風サラダ ヨーグルト		煮魚（赤魚） 和風炒り卵 いんげんの ごまマヨネーズ和え		煮魚（赤魚） 和風炒り卵 いんげんの ごまマヨネーズ和え

※患者様によっては病状やアレルギーなどから献立が異なる場合がございます。

食物アレルギーをお持ちの方や、詳しい食事内容が気になる方はお気軽に栄養士までお問合せ下さいませ。