

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。



21日(火)	朝食	味噌汁 大根おろし 野菜大豆煮 牛乳	昼食	味噌汁 白身魚フライ 卵の花煮 もやしの酢の物 ミニおはぎ	糖尿食	白身魚フライ 卵の花煮 もやしの酢の物 ビタミンゼリー	夕食	鶏の梅肉焼き いんげんのきんぴら 白菜のピーナッツ和え バナナ	糖尿食	鶏の梅肉焼き いんげんのきんぴら 白菜のピーナッツ和え バナナ
					減塩食	白身魚フライ 卵の花煮 もやしの酢の物 ミニおはぎ		減塩食	鶏の梅肉焼き いんげんのきんぴら 白菜のピーナッツ和え バナナ	
22日(水)	朝食	味噌汁 吹き寄せ煮 ふりかけ 牛乳	昼食	すまし汁 厚揚げと豚肉の炒め物 ポテトサラダ 菜の花の味噌和え 果物ゼリー	糖尿食	厚揚げと豚肉の炒め物 ポテトサラダ 菜の花の味噌和え ビタミンゼリー	夕食	ぶり大根 卵豆腐 ほうれん草の ごまじょうゆ和え	糖尿食	ぶり大根 卵豆腐 ほうれん草の ごまじょうゆ和え
					減塩食	厚揚げと豚肉の炒め物 ポテトサラダ 菜の花の味噌和え 果物ゼリー		減塩食	ぶり大根 卵豆腐 ほうれん草の ごまじょうゆ和え	
23日(木)	朝食	味噌汁 豆腐ハンバーグ ふりかけ 牛乳	昼食	カレーライス 大根の和風サラダ ヨーグルト	糖尿食	カレーライス 大根の 辛子マヨネーズ和え ビタミンゼリー	夕食	鱈のチリソースかけ 湯豆腐 白菜のごま和え	糖尿食	鱈のチリソースかけ 湯豆腐 白菜のごま和え
					減塩食	カレーライス 大根の 辛子マヨネーズ和え ヨーグルト		減塩食	鱈のチリソースかけ 湯豆腐 白菜のごま和え	
24日(金)	朝食	味噌汁 ほっけの塩焼き ふりかけ 牛乳	昼食	味噌汁 ふくさ焼卵 里芋のごま味噌煮 キャベツの わさびマヨネーズ和え	糖尿食	ふくさ焼卵 里芋のごま味噌煮 キャベツの わさびマヨネーズ和え	夕食	和風ハンバーグ 小松菜の浸し キャベツの酢の物	糖尿食	和風ハンバーグ 小松菜の浸し キャベツの酢の物
					減塩食	ふくさ焼卵 里芋のごま味噌煮 キャベツの わさびマヨネーズ和え		減塩食	和風ハンバーグ 小松菜の浸し キャベツの酢の物	
25日(土)	朝食	味噌汁 千切り煮 漬物 糖尿・減塩(たいみそ) 牛乳	昼食	味噌汁 鮭のムニエル じゃがいもと ベーコンのソテー 白菜のゆかり和え	糖尿食	鮭のムニエル じゃがいもと ベーコンのソテー 白菜のゆかり和え	夕食	牛肉とアスパラの炒め物 さつまいものミルク煮 小松菜のごま和え	糖尿食	牛肉とアスパラの炒め物 さつまいものミルク煮 小松菜のごま和え
					減塩食	鮭のムニエル じゃがいもと ベーコンのソテー 白菜のゆかり和え		減塩食	牛肉とアスパラの炒め物 さつまいものミルク煮 小松菜のごま和え	
26日(日)	朝食	味噌汁 湯豆腐 ねり梅 糖尿・減塩(ふりかけ) 牛乳	昼食	一口そば 豚肉の生姜焼き とろろ もやしの カレーマヨネーズ和え バナナ	糖尿食	豚肉の生姜焼き とろろ もやしの カレーマヨネーズ和え バナナ	夕食	さわらの南部焼き 白菜のクリーム煮 キャベツの土佐酢	糖尿食	さわらの塩焼き 白菜のクリーム煮 キャベツの土佐酢
					減塩食	豚肉の生姜焼き とろろ もやしの カレーマヨネーズ和え バナナ		減塩食	さわらの塩焼き 白菜のクリーム煮 キャベツの土佐酢 ヨーグルト	
27日(月)	朝食	味噌汁 白菜とツナの煮物 ふりかけ 牛乳	昼食	味噌汁 鶏肉のつけ焼き じゃがいもの煮物 ほうれん草の磯和え	糖尿食	鶏肉のつけ焼き じゃがいもの煮物 ほうれん草の磯和え	夕食	鯖の味噌煮 和風炒り卵 もやしのナムル 黄桃缶	糖尿食	鯖の塩焼き 和風炒り卵 もやしのナムル オレンジ
					減塩食	鶏肉のつけ焼き じゃがいもの煮物 ほうれん草の磯和え		減塩食	鯖の塩焼き 和風炒り卵 もやしのナムル 黄桃缶	

※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。