

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。



28日(火)	朝食 味噌汁 ほっけの塩焼き ふりかけ 牛乳	昼食 味噌汁 鮭のカレームニエル 炒り豆腐 白菜のわさび醤油和え 果物ゼリー	糖尿食 鮭のカレームニエル 炒り豆腐 白菜のわさび醤油和え ビタミンゼリー	夕食 牛肉と里芋の煮物 青梗菜のソテー ブロッコリーのオーロラソースかけ	糖尿食 牛肉と里芋の煮物 青梗菜のソテー ブロッコリーのオーロラソースかけ
			減塩食 鮭のカレームニエル 炒り豆腐 白菜のわさび醤油和え 果物ゼリー		減塩食 牛肉と里芋の煮物 青梗菜のソテー ブロッコリーのオーロラソースかけ
29日(水)	朝食 味噌汁 じゃがいもとツナの煮物 野菜大豆煮 牛乳	昼食 すまし汁 カレイの味噌マヨ焼き マカロニのクリーム煮 ほうれん草のごま和え	糖尿食 カレイの味噌マヨ焼き 金平ごぼう ほうれん草のごま和え	夕食 松風焼き 白菜の煮浸し もやしの中華サラダ	糖尿食 松風焼き 白菜の煮浸し もやしの中華サラダ
			減塩食 カレイの味噌マヨ焼き 金平ごぼう ほうれん草のごま和え		減塩食 松風焼き 白菜の煮浸し もやしの中華サラダ
30日(木)	朝食 味噌汁 湯豆腐 味付け海苔 牛乳	昼食 あさりの清汁 卵とキクラゲの炒め物 いんげんのきんぴら 小松菜の梅おかか和え	糖尿食 卵とキクラゲの炒め物 いんげんのきんぴら 小松菜の梅おかか和え バナナ	夕食 ぶりの照り焼き さつまいものレモン煮 油揚げのおろし和え	糖尿食 ぶりの照り焼き さつまいものレモン煮 油揚げのおろし和え
			減塩食 卵とキクラゲの炒め物 いんげんのきんぴら 小松菜の梅おかか和え バナナ		減塩食 ぶりの照り焼き さつまいものレモン煮 油揚げのおろし和え
31日(金)	朝食 味噌汁 南瓜の煮つけ 漬物 糖尿・減塩(たいみぞ) 牛乳	昼食 味噌汁 メルルーサのカツレツ風 野菜炒め 菜の花の菜種和え	糖尿食 メルルーサのカツレツ風 野菜炒め 菜の花の菜種和え	夕食 蒸し鶏の梅醤油かけ 炒り豆腐 切干の浸し	糖尿食 蒸し鶏の梅醤油かけ 炒り豆腐 切干の浸し
			減塩食 メルルーサのカツレツ風 野菜炒め 菜の花の菜種和え		減塩食 蒸し鶏の梅醤油かけ 炒り豆腐 切干の浸し
1日(土)	朝食 味噌汁 ほっけの塩焼き ふりかけ 牛乳	昼食 つみれ汁 牛肉とピーマンの炒め物 里芋のごま味噌煮 きゅうりのごま酢和え	糖尿食 牛肉とピーマンの炒め物 里芋のごま味噌煮 ほうれん草の磯和え	夕食 エビフライ 吹き寄せ煮 大根の和風サラダ みかん缶	糖尿食 エビフライ 吹き寄せ煮 大根の和風サラダ ビタミンゼリー
			減塩食 牛肉とピーマンの炒め物 里芋のごま味噌煮 ほうれん草の磯和え ヨーグルト		減塩食 エビフライ 吹き寄せ煮 大根の和風サラダ みかん缶
2日(日)	朝食 味噌汁 青梗菜の煮浸し 味付けのり 牛乳	昼食 すまし汁 豚肉と春雨の炒め物 煮奴 いんげんのピーナッツみそ和え	糖尿食 豚肉と春雨の炒め物 煮奴 キャベツのごま醤油和え	夕食 きのご御飯 鯖の塩焼き 野菜のカレー煮 白菜の浸し 果物ゼリー	糖尿食 きのご御飯 鯖の塩焼き 白菜の浸し みかん
			減塩食 豚肉と春雨の炒め物 煮奴 キャベツのごま醤油和え		減塩食 きのご御飯 鯖の塩焼き 白菜の浸し みかん
3日(月)	朝食 味噌汁 千切り煮 うろり佃煮 牛乳	昼食 味噌汁 赤魚の味噌漬焼き 長芋の煮つけ 菜の花の浸し	糖尿食 赤魚の味噌漬焼き 長芋の煮つけ 菜の花の浸し	夕食 鶏の揚げおろし煮 白菜の土佐酢 ポテトサラダ 水ようかん	糖尿食 鶏の揚げおろし煮 白菜のごま和え ポテトサラダ ノンシュガー水ようかん
			減塩食 赤魚の味噌漬焼き 長芋の煮つけ 菜の花の浸し		減塩食 鶏の揚げおろし煮 白菜のごま和え ポテトサラダ 水ようかん

※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。