1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。

16日（火）	朝食	味噌汁 じゃがいものそぼろ煮 漬物 糖尿・減塩(たいみそ) 牛乳	昼食	すまし汁 豚肉の生姜焼き ブロッコリーの オーロラソースかけ 菜の花の 辛子酢味噌和え ヨーグルト	糖尿食	豚肉の生姜焼き ブロッコリーの オーロラソースかけ 菜の花の 辛子酢味噌和え	夕食	さばの南部焼き 白菜のクリーム煮 キャベツの土佐酢	糖尿食	さばの南部焼き 白菜のクリーム煮 キャベツのごま和え
					減塩食	豚肉の生姜焼き ブロッコリーの オーロラソースかけ 菜の花の 辛子酢味噌和え			減塩食	さばの南部焼き 白菜のクリーム煮 キャベツのごま和え
17日（水）	朝食	味噌汁 白菜とツナの煮物 ふりかけ 牛乳	昼食	味噌汁 ハンバーグ さつまいもの甘煮 いんげんの ごまマヨネーズ和え	糖尿食	ハンバーグ さつまいもの甘煮 いんげんの ごまマヨネーズ和え	夕食	赤魚の煮つけ 湯豆腐 ほうれん草の ごま醤油和え	糖尿食	赤魚の煮つけ 湯豆腐 ほうれん草の ごま醤油和え
					減塩食	ハンバーグ さつまいもの甘煮 いんげんの ごまマヨネーズ和え			減塩食	赤魚の煮つけ 湯豆腐 ほうれん草の ごま醤油和え
18日（木）	朝食	味噌汁 洋風たまごやき ねり梅 牛乳	昼食	味噌汁 白身魚フライ 牛肉と玉ねぎの旨煮 白菜の生姜和え	糖尿食	白身魚フライ 牛肉と玉ねぎの旨煮 白菜の生姜和え	夕食	鶏の梅肉焼き ポテトきんぴら 青梗菜の ピーナッツ和え	糖尿食	鶏の梅肉焼き ポテトきんぴら 青梗菜の ピーナッツ和え
					減塩食	白身魚フライ 牛肉と玉ねぎの旨煮 白菜の生姜和え			減塩食	鶏の梅肉焼き ポテトきんぴら 青梗菜の ピーナッツ和え
19日（金）	朝食	味噌汁 ほっけの塩焼き ふりかけ 牛乳	昼食	カレーライス 大根の和風サラダ 福神漬け 黄桃缶	糖尿食	カレーライス 大根の和風サラダ 菜の花の浸し ビタミンゼリー	夕食	鮭の豆腐マヨ焼き さつま芋のレモン煮 ほうれん草のごま和え	糖尿食	鮭の豆腐マヨ焼き さつま芋のレモン煮 ほうれん草のごま和え
					減塩食	カレーライス 大根の和風サラダ 菜の花の浸し 黄桃缶			減塩食	鮭の豆腐マヨ焼き さつま芋のレモン煮 ほうれん草のごま和え
20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 鶏の山椒焼き 大根の炒め煮 白菜の磯和え	糖尿食	鶏の山椒焼き 大根の炒め煮 白菜の磯和え	夕食	ふくさ焼卵 肉じゃが キャベツの わさびマヨ和え	糖尿食	ふくさ焼卵 肉じゃが キャベツの わさびマヨ和え
					減塩食	鶏の山椒焼き 大根の炒め煮 白菜の磯和え			減塩食	ふくさ焼卵 肉じゃが キャベツの わさびマヨ和え
21日（日）	朝食	味噌汁 いんげんの煮浸し 野菜大豆煮 牛乳	昼食	あさりの清汁 厚揚げと豚肉の炒め物 里芋の煮ころがし きゅうりの生姜和え 果物ゼリー	糖尿食	豚肉と厚揚げの炒め物 里芋の煮ころがし きゅうりの生姜和え オレンジ	夕食	ぶりの照り焼き 卵豆腐 もやしのナムル	糖尿食	ぶりの照り焼き 卵豆腐 もやしのナムル
					減塩食	豚肉と厚揚げの炒め物 里芋の煮ころがし きゅうりの生姜和え 果物ゼリー			減塩食	ぶりの照り焼き 卵豆腐 もやしのナムル
22日（月）	朝食	味噌汁 だし巻き卵 味付け海苔 牛乳	昼食	味噌汁 鱈の野菜あんかけ 茄子の炒め煮 大根の和風サラダ	糖尿食	鱈の野菜あんかけ 茄子の炒め煮 大根の和風サラダ	夕食	牛肉とアスパラの炒め物 えびしゅうまい 小松菜のごま和え	糖尿食	牛肉とアスパラの炒め物 えびしゅうまい 小松菜のごま和え
					減塩食	鱈の野菜あんかけ 茄子の炒め煮 大根の和風サラダ			減塩食	牛肉とアスパラの炒め物 えびしゅうまい 小松菜のごま和え

※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。