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。

23日（火）	朝食	味噌汁 白菜の煮物 たいみそ 牛乳	昼食	クリームシチュー 春巻き ほうれん草の浸し バナナ	糖尿食	クリームシチュー ブロッコリーの オーロラソースかけ ほうれん草の浸し バナナ	夕食	鯖の生姜煮 湯豆腐 もやしの生姜和え	糖尿食	鯖の生姜煮 湯豆腐 もやしの生姜和え
					減塩食	クリームシチュー ブロッコリーの オーロラソースかけ ほうれん草の浸し バナナ			減塩食	鯖の生姜煮 湯豆腐 もやしの生姜和え
24日（水）	朝食	味噌汁 吹き寄せ煮 ねり梅 糖尿・減塩(たいみそ) 牛乳	昼食	芋ごはん 味噌汁 赤魚の味噌漬焼き 豚肉と玉ねぎの炒め物 かに風味サラダ	糖尿食	芋ごはん 赤魚の味噌漬焼き 豚肉と玉ねぎの炒め物 かに風味サラダ	夕食	鶏の揚げおろしかけ 野菜の含め煮 いんげんの 梅おかか和え	糖尿食	鶏の揚げおろしかけ 野菜の含め煮 いんげんの 梅おかか和え
					減塩食	芋ごはん 赤魚の味噌漬焼き 豚肉と玉ねぎの炒め物 かに風味サラダ			減塩食	鶏の揚げおろしかけ 野菜の含め煮 いんげんの 梅おかか和え
25日（木）	朝食	味噌汁 洋風たまごやき ふりかけ 牛乳	昼食	味噌汁 鮭のカレームニエル 南瓜のサラダ 漬物	糖尿食	鮭のカレームニエル 南瓜のサラダ うろり佃煮	夕食	松風焼き ほうれん草の煮浸し 白菜ときゅうりの酢の物	糖尿食	松風焼き ほうれん草の煮浸し 白菜と きゅうりの酢の物
					減塩食	鮭のカレームニエル 南瓜のサラダ うろり佃煮			減塩食	松風焼き ほうれん草の煮浸し 白菜と きゅうりの酢の物
26日（金）	朝食	味噌汁 ほっけの塩焼き 野菜大豆煮 糖尿・減塩(たいみそ) 牛乳	昼食	味噌汁 卵とキクラゲの炒め物 炒り豆腐 キャベツの わさび醤油和え	糖尿食	卵とキクラゲの炒め物 炒り豆腐 キャベツの わさび醤油和え	夕食	エビフライ 舞茸きんぴら 油揚げのおろし和え 水ようかん	糖尿食	エビフライ 舞茸きんぴら 油揚げのおろし和え みかん
					減塩食	卵とキクラゲの炒め物 炒り豆腐 キャベツの わさび醤油和え			減塩食	エビフライ 舞茸きんぴら 油揚げのおろし和え 水ようかん
27日（土）	朝食	味噌汁 豆腐田楽 ふりかけ 牛乳	昼食	すまし汁 蒸し鶏のごまだれかけ 里芋の煮ころがし 菜の花の辛子和え	糖尿食	蒸し鶏のごまだれかけ 里芋の煮ころがし 菜の花の辛子和え	夕食	さわらの西京焼き カリフラワーのカレー煮 コールスローサラダ	糖尿食	さわらの西京焼き カリフラワーの カレー煮 コールスローサラダ
					減塩食	蒸し鶏のごまだれかけ 里芋の煮ころがし 菜の花の辛子和え			減塩食	さわらの西京焼き カリフラワーの カレー煮 コールスローサラダ
28日（日）	朝食	味噌汁 長芋の煮つけ うろり佃煮 糖尿・減塩(たいみそ) 牛乳	昼食	すまし汁 カレイの味噌マヨ焼き 白菜の煮浸し 紅白なます 果物ゼリー	糖尿食	カレイの味噌マヨ焼き 白菜の煮浸し 小松菜の和え物 ビタミンゼリー	夕食	豚肉と春雨の炒め物 湯豆腐 切干の浸し	糖尿食	豚肉と春雨の炒め物 湯豆腐 切干の浸し
					減塩食	カレイの味噌マヨ焼き 白菜の煮浸し 小松菜の和え物 果物ゼリー			減塩食	豚肉と春雨の炒め物 湯豆腐 切干の浸し
29日（月）	朝食	味噌汁 だし巻き卵 味付け海苔 牛乳	昼食	味噌汁 メルルーサの カツレツ風 ピーマンの炒め煮 白菜のごま和え	糖尿食	メルルーサの カツレツ風 いんげんの炒め煮 白菜のごま和え	夕食	牛肉と里芋の煮物 青梗菜のソテー もやしのゆかり和え 黄桃缶	糖尿食	牛肉と里芋の煮物 青梗菜のソテー もやしのゆかり和え ビタミンゼリー
					減塩食	メルルーサの カツレツ風 いんげんの炒め煮 白菜のごま和え			減塩食	牛肉と里芋の煮物 青梗菜のソテー もやしのゆかり和え 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。