10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。



6日（火）	朝食	味噌汁 豆腐ハンバーグ のり佃煮 糖尿・減塩(たいみそ) 牛乳	昼食	味噌汁 豚肉と キャベツの炒め物 南瓜と高野豆腐の 炊き合わせ 金時豆	糖尿食	豚肉と キャベツの炒め物 南瓜と高野豆腐の 炊き合わせ 野菜大豆煮	夕食	さわらの南部焼き 白菜の煮浸し 菜の花の辛子和え	糖尿食	さわらの南部焼き 白菜の煮浸し 菜の花の辛子和え
					減塩食	豚肉と キャベツの炒め物 南瓜と高野豆腐の 炊き合わせ 金時豆			減塩食	さわらの南部焼き 白菜の煮浸し 菜の花の辛子和え
7日（水）	朝食	味噌汁 ほっけの汐焼き ねり梅 糖尿・減塩(ふりかけ) 牛乳	昼食	ハヤシライス いんげんの ごま味噌マヨ和え 漬物 ヨーグルト	糖尿食	ハヤシライス いんげんの ごま味噌マヨ和え ヨーグルト	夕食	カラスガレイの 和風ステーキ じゃが芋と ベーコンのソテー もやしのナムル	糖尿食	カラスガレイの 和風ステーキ じゃが芋と ベーコンのソテー もやしのナムル
					減塩食	ハヤシライス いんげんの ごま味噌マヨ和え ヨーグルト			減塩食	カラスガレイの 和風ステーキ じゃが芋と ベーコンのソテー もやしのナムル
8日（木）	朝食	味噌汁 洋風たまご焼き 大根おろし ふりかけ 牛乳	昼食	一口そば 鮭の照り焼き 焼き豆腐の煮物 菜の花のごま和え	糖尿食	鮭の照り焼き 焼き豆腐の煮物 菜の花のごま和え	夕食	鶏肉の カレームニエル 里芋の煮ころがし キャベツの ゆかり和え	糖尿食	鶏肉の カレームニエル 里芋の煮ころがし キャベツの ゆかり和え
					減塩食	鮭の照り焼き 焼き豆腐の煮物 菜の花のごま和え			減塩食	鶏肉の カレームニエル 里芋の煮ころがし キャベツの ゆかり和え
9日（金）	朝食	味噌汁 じゃが芋と ツナの煮物 のり佃煮 糖尿・減塩(たいみそ) 牛乳	昼食	わかめスープ 麻婆豆腐 えびしゅうまい 青梗菜の華風お浸し プリン	糖尿食	麻婆豆腐 えびしゅうまい 青梗菜の華風お浸し	夕食	さばの塩焼き いんげんの炒め煮 もやしと胡瓜の カレーマヨ和え	糖尿食	さばの塩焼き いんげんの炒め煮 もやしと胡瓜の カレーマヨ和え
					減塩食	麻婆豆腐 えびしゅうまい 青梗菜の華風お浸し プリン			減塩食	さばの塩焼き いんげんの炒め煮 もやしと胡瓜の カレーマヨ和え
10日（土）	朝食	味噌汁 湯豆腐 漬物 糖尿・減塩(のり佃煮) 果物ゼリー 糖尿(除く) 牛乳	昼食	味噌汁 カラスガレイの オーロラソースかけ 豚肉と野菜炒め 小松菜の 梅おかか和え	糖尿食	カラスガレイの オーロラソースかけ 豚肉と野菜炒め 小松菜の 梅おかか和え	夕食	牛肉のしぐれ煮 ほうれん草のソテー 大根おろし	糖尿食	牛肉のしぐれ煮 ほうれん草のソテー 大根おろし
					減塩食	カラスガレイの オーロラソースかけ 豚肉と野菜炒め 小松菜の 梅おかか和え			減塩食	牛肉のしぐれ煮 ほうれん草のソテー 大根おろし
11日（日）	朝食	味噌汁 プレーンオムレツ ねり梅 牛乳	昼食	味噌汁 鶏肉の酢豚風 キャベツの ツナサラダ うろり佃煮 バナナ	糖尿食	鶏肉の酢豚風 キャベツの ツナサラダ うろり佃煮 ビタミンゼリー	夕食	赤魚の味噌漬焼き 卵豆腐 白菜のごま和え	糖尿食	赤魚の味噌漬焼き 卵豆腐 白菜のごま和え
					減塩食	鶏肉の酢豚風 キャベツの ツナサラダ うろり佃煮 バナナ			減塩食	赤魚の味噌漬焼き 卵豆腐 白菜のごま和え
12日（月）	朝食	味噌汁 卵とじ ふりかけ 牛乳	昼食	味噌汁 白身魚のフライ 小松菜のそぼろ煮 漬物	糖尿食	白身魚のフライ 小松菜のそぼろ煮 菜の花のごま和え	夕食	蒸し鶏の ごまだれかけ ポテトサラダ もやしの中華酢の物	糖尿食	蒸し鶏の ごまだれかけ ポテトサラダ キャベツの 青じそサラダ
					減塩食	白身魚のフライ 小松菜のそぼろ煮 菜の花のごま和え			減塩食	蒸し鶏の ごまだれかけ ポテトサラダ キャベツの 青じそサラダ

※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。