

献立表(週間)

潰瘍 1

	11月1日(水)			11月2日(木)			11月3日(金)			11月4日(土)			11月5日(日)			11月6日(月)			11月7日(火)		
朝	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84
	炒り豆腐	木綿豆腐	50	焼き魚	さけ・40g	40	野菜と豆腐の煮物	木綿豆腐	50	鶏ささ身	ささ身	40	オイスターソース炒め	鶏ひき肉	30	豆腐とキャベツのソテー	焼き豆腐	25	スクランブルエッグ	鶏卵	50
		人参 皮剥	10		食塩	0.2		ほうれん草(葉)	10	みの味	合成清酒	0.5		キャベツ(葉先)	50		キャベツ	30		牛乳	10
		葱	10		しそ	0.5		人参 皮剥	10	噌焼き	淡色辛みそ	1		人参 皮剥	10		ピーマン	10		無塩バター	1
		無塩バター	0.5					玉葱	40		みりん風調味料	0.5		ピーマン	10		ピーマン	10		食塩	0.2
		減塩しょうゆ(上白糖)	5	大根煮	大根 皮剥	50		減塩しょうゆ(上白糖)	2.5		濃口醤油	0.5		かき油	3		中華味	0.5		パセリ	0.5
		みりん風調味料	2.5		人参 皮剥	10		上白糖	1		ブロッコリー(マヨネーズ)	40		ブロッコリー	40		減塩しょうゆ(上白糖)	5		大根 皮剥	40
		煮干しだし	15		さやいんげん(上白糖)	10		みりん風調味料	1		マヨネーズ	10		玉葱	10		上白糖	1	きんぴら風	大根 皮剥	10
					減塩しょうゆ(上白糖)	5		煮干しだし	30	豆腐の五目煮	木綿豆腐	50		マヨネーズパッ	10	煮物	焼き竹輪	10		人参 皮剥	10
	野菜炒め	キャベツ	50		煮干しだし	15	塩たらこ	たらこ	10		人参 皮剥	10		帆立の煮物	30		とうがん	40		濃口醤油	2.5
		ピーマン	10		みそ汁	15		しそ	0.5		大根 皮剥	30		帆立の煮物	30		減塩しょうゆ(上白糖)	2.5		上白糖	1
		黄ピーマン	5		白菜	30		白菜(葉先)	50		濃口醤油	2.5		帆立の煮物	30		なすの漬物	2		かぶの和え物	25
		人参 皮剥	5		淡色辛みそ	10		減塩しょうゆ(上白糖)	2.5		上白糖	1		帆立の煮物	30		なす(皮なし)	20		上白糖	0.5
		無塩バター	1		煮干しだし	150		減塩しょうゆ(上白糖)	0.5		片栗粉	1		帆立の煮物	30		食塩	0.1		濃口醤油	2.5
		減塩しょうゆ(合成清酒)	5	浅漬け	きゅうり(皮なし)	20		みそ汁	20	たいみそ	たいみそ	10		帆立の煮物	30		ゆかり	0.3		みそ汁	20
		みりん風調味料	1		食塩	0.2		チンゲンサイ(なす(皮なし))	20		みそ汁	10		木綿豆腐	30		みそ汁	2		葉大根・葉、生	5
	みそ汁	大根 葉	20	ホットミルク	牛乳 1000ml	180		なす(皮なし)	20		みそ汁	10		小松菜	10		棒麩	2		人参 皮剥	5
		大根 皮剥	10					淡色辛みそ	10		キャベツ	20		淡色辛みそ	10		小葱	2		淡色辛みそ	10
		淡色辛みそ	10					煮干しだし	150		人参 皮剥	10		煮干しだし	150		淡色辛みそ	10		煮干しだし	150
		煮干しだし	150				ホットミルク	牛乳 1000ml	180		淡色辛みそ	10		煮干しだし	150		煮干しだし	150		煮干しだし	150
	一夜漬け	なす(皮なし)	30					牛乳 1000ml	180		煮干しだし	150		牛乳 1000ml	180		煮干しだし	150		煮干しだし	150
		食塩	0.2					ホットミルク	180		ホットミルク	180		ホットミルク	180		ホットミルク	180		ホットミルク	180
	ホットミルク	牛乳 1000ml	180																		
昼	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	鶏塩そうめん	そうめん ゆで	230	米飯	精白米	84	ハンバーグ	バンズパン50g	50
	焼き魚と野菜ソテー	そい 60g(骨)	60	南瓜の木の葉	西洋かぼちゃ	70	かいおろし煮	まこがれい・60	60	魚塩麩焼き	あかうお・60g	60	うめん	若鶏もも 皮なし	20	蒸し鶏	若鶏もも 皮なし	60		鶏ひき肉	40
		食塩	0.3		鶏ひき肉	20		大根 皮剥	50		塩こうじ	3		食塩	1		減塩しょうゆ(みりん風調味料)	5		玉葱	40
		玉葱	40		焼き	30		昆布だし	15		合成清酒	3		鶏ガラスープ	0.15		減塩しょうゆ(みりん風調味料)	2.5		人参 皮剥	8
		人参 皮剥	10		食塩	0.5		減塩しょうゆ(みりん風調味料)	7.5		赤ピーマン(ゆしそ)	30		かつお・昆布だ	150		みりん風調味料	2.5		鶏卵	5
		さやえんどう	5		片栗粉	1		みりん風調味料	2.5		小葱	0.5		淡口醤油	0.5		ブロッコリー	20		パン粉(乾燥)	5
		無塩バター	1		サニーレタス	5		小葱	3		大根の和え物	50		小葱	5		カリフラワー	20		食塩	0.3
		減塩しょうゆ(上白糖)	5		ソースパック	5		じゃが芋	50		大根の和え物	10		小葱	5		無塩バター	1		無塩バター	1
		みりん風調味料	2.5		ジャガバター	5		食塩	0.1		人参 皮剥(ゆ)	0.5		小葱	5		大根の煮物	50		ケチャップ	8
		合成清酒	2.5		煮物	50		有塩バター	5		上白糖	0.5		小葱	5		大根の煮物	10		キャベツ ゆで	20
					焼き豆腐	50		パセリ(粉)	0.1		食塩	0.2		小葱	5		大根の煮物	10		サラダ菜	3
					人参 皮剥	15					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10		じゃが芋	60
					さやえんどう	3					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10		豆乳	10
					濃口醤油	2.5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10		食塩	0.3
					上白糖	1					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					煮干しだし	15					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					清汁	10					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					生ふ	10					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					切りみつば	10					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					淡口醤油	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					食塩	0.2					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					かつお・昆布だ	150					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
	野菜サ	ブロッコリー	60		ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			
					ピーナツ和え	5					大根の和え物	50		小葱	5		大根の煮物	10			

献立表(週間)

潰瘍1

	11月8日(水)			11月9日(木)			11月10日(金)			11月11日(土)			11月12日(日)			11月13日(月)			11月14日(火)					
朝	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84			
	白菜の スープ 煮	白菜 木綿豆腐 かにかま さやえんどう コンソメ 食塩 片栗粉	70 50 10 5 0.5 0.5 1	卵豆腐 あんか け	鶏卵 煮干しだし 淡口醤油 減塩しょうゆ() 上白糖 片栗粉 貝割大根・芽	20 20 2.5 2.5 1 1 5	玉葱の 炒め物	鶏卵 玉葱 キャベツ 赤ピーマン 無塩バター 中華味 食塩	25 40 30 5 2 0.5 0.3	卵とじ	鶏卵 玉葱 減塩しょうゆ() 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	50 40 2.5 1 2.5 30	アスパ ラのソ テー	グリーンアスパ 赤ピーマン 無塩バター 食塩	40 5 1 0.3	中華炒 め 人参 皮剥 中華味 減塩しょうゆ() 上白糖	50 40 10 0.5 2.5 0.5	焼き魚 ほっけ・60g 食塩 大根 皮剥 しそ 減塩正油パック	60 0.2 40 1 5	野菜ソ テー	キャベツ 無塩バター 食塩	60 1 0.3		
	焼き魚	ほっけ・20g 食塩 しそ	20 0.1 0.5	野菜の 炒め煮	キャベツ(葉先) 人参 皮剥 焼き竹輪 減塩しょうゆ() 上白糖	40 10 5 5 1	カワフワ の和え 物	カリフラワー 人参 皮剥 減塩しょうゆ() 上白糖	50 10 2.5 2	チンゲ 菜の 炒め煮	はんぺん チンゲンサイ 人参 皮剥 減塩しょうゆ() 上白糖	20 40 10 2.5 1	和え物	かぶ 皮剥(ゆ) 食塩 上白糖	40 0.2 1	きゅう りの和 え物	きゅうり(皮な) 人参 皮剥 上白糖 減塩しょうゆ() みそ汁	40 5 0.5 2.5	和え物	大根 皮剥(ゆ) 減塩しょうゆ() みりん風調味料	40 2 2.5			
	きゅう りの漬 物	きゅうり(皮な) 食塩	20 0.1	たいみ そ	たいみそ	10	鯛みそ	たいみそ	10	鯛味噌	たいみそ	10	みそ汁	ほうれん草(葉) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 150	みそ汁	ほうれん草(葉) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 150	みそ汁	大根 葉 キャベツ(葉先) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 20 10 150	みそ汁	もやし 葱 淡色辛みそ 煮干しだし	30 5 10 150
	みそ汁	玉葱 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 150	みそ汁	大根 葉 棒麩 淡色辛みそ 煮干しだし	20 1 10 150	みそ汁	白菜(葉先) 木綿豆腐 淡色辛みそ 煮干しだし	20 30 10 150	みそ汁	小松菜(葉先) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 150	ホット ミルク	牛乳 1000m l	180	ホット ミルク	牛乳 1000m l	180	ホット ミルク	牛乳 1000m l	180	ホット ミルク	牛乳 1000m l	180
昼	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	うどん	うどん ゆで 鶏卵	280 25	米飯	精白米	84	パン	ロールパン ホテルブレッド	48 40			
	魚のト マトソ ース煮	まだら・40g() ケチャップ コンソメ 上白糖 玉葱 トマト ケチャップ 食塩 コンソメ ブロッコリー	40 5 0.2 1 20 30 5 0.2 0.5 40	鶏肉ク リーム 煮	若鶏もも 皮な 人参 皮剥 玉葱 無塩バター 薄力粉 1等 牛乳 クリーム(植物) コンソメ 食塩 パセリ(粉)	30 15 30 5 5 40 8 0.5 0.2 0.2	魚の香 草焼き	まだら・80g() 食塩 パン粉(乾燥) タイム パセリ 無塩バター サニーレタス ソースパック	80 0.4 1 0.1 0.1 3 5	焼き魚	ほっけ・80g 食塩 大根 皮剥 しそ 醤油パック	80 0.4 40 1 5	うどん	蒸しかまぼこ ほうれん草 葱 かつお・昆布だ 減塩しょうゆ() みりん風調味料	10 25 5 150 10 2.5	米飯	若鶏もも 皮な 片栗粉 玉葱 もやし 人参 皮剥 大根 皮剥 減塩しょうゆ() 上白糖 合成清酒 みりん風調味料	100 1 50 20 5 50 7.5 1 2.5 2.5	スープ 煮	ホタテ貝柱 じゃが芋 ブロッコリー キャベツ 人参 皮剥 コンソメ 食塩	30 60 15 20 20 0.5 0.5			
	さつま 芋サラ ダ	さつま芋 玉葱 ゆで きゅうり(皮な) マヨネーズ	50 10 15 10	大根サ ラダ	大根 皮剥(ゆ) 人参 皮剥(ゆ) きゅうり(皮な) マヨネーズ	40 5 10 5	炊合せ	大根 皮剥 里芋 人参 皮剥 減塩しょうゆ() 上白糖 合成清酒 煮干しだし	30 20 10 5 1 2.5 15	和え物	きゅうり(皮な) 春雨 人参 皮剥 減塩しょうゆ() 上白糖	20 3 5 2.5 0.5	うどん	大根煮 大根 皮剥 人参 皮剥 さやえんどう 濃口醤油 上白糖 煮干しだし	50 50 8 5 5 1 15	煮物	かぶ 皮剥 人参 皮剥 さやいんげん() 減塩しょうゆ() 上白糖 煮干しだし	40 15 15 5 1 15	サラダ	レタス 人参 皮剥 鶏卵 マヨネーズパッ	30 5 25 10			
	和え物	キャベツ(葉先) はんぺん 減塩しょうゆ() 上白糖	40 10 2.5 1	チンゲ 菜の お浸し	チンゲンサイ 減塩しょうゆ() 煮干しだし	50 2.5 2.5	キャベ ツサラ ダ	キャベツ きゅうり(皮な) 人参 皮剥 マヨネーズ	40 5 3 8	バター 焼き	ホタテ貝柱 食塩 小葱	60 0.4 3	いもよ うかん	さつま芋 上白糖	50 10	オニオ	玉葱	30						

献立表(週間)

潰瘍 1

		11月8日(水)		11月9日(木)		11月10日(金)		11月11日(土)		11月12日(日)		11月13日(月)		11月14日(火)										
昼	卵とじ	鶏卵	50	芋の煮物	さやえんどう	10	ケチャップ	2	無塩バター	3	ゼラチン寒天	1	お浸し	白菜(葉先)	50	ンスー	人参 皮剥	5						
		人参 皮剥	10		減塩しょうゆ(2.5								減塩しょうゆ(2.5	プ	コンソメ	0.5						
		小葱	5		かつお・昆布だ	20	お浸し	ほうれん草	40	果物	りんご 缶詰	40		みかん缶詰(果	40		食塩	0.5						
		かつお・昆布だ	15																					
		食塩	0.2	果物	もも缶(果肉)	40		減塩しょうゆ(5		クリーム(植物	20												
	果物	みかん缶詰(果	40				果物	ぶどう 缶詰	40		マービー 液状	5		みそ汁	小葱	3	果物	西洋なし(缶詰	40					
															じゃが芋	20								
															淡色辛みそ	10								
															煮干しだし	150								
													果物	もも缶(果肉)	40									
夕	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84			
	鶏肉あ	若鶏もも 皮な	80	焼魚	さけ・80g(骨	80	蒸し鶏	若鶏もも 皮な	80	肉団子	鶏ひき肉	40	チキン	若鶏もも 皮な	80	海鮮炒	はんぺん	10	すき焼	若鶏もも 皮な	60			
	んかけ	減塩しょうゆ(1		大根 皮剥	50		減塩しょうゆ(5	あんか	玉葱	30	ソテー	無塩バター	2	め	尾なしえび	20	き	焼き豆腐	50			
		片栗粉	3		しそ	1		上白糖	1	け	食塩	0.1		キャベツ	30		ホタテ貝柱	10		白菜(葉先)	60			
		玉葱	30		減塩正油パック	5		合成清酒	2.5		鶏卵	3		トマト(皮なし	15		若鶏むね皮なし	10		葱	15			
		人参 皮剥	20					無塩バター	2		薄力粉 1等	3		マヨネーズ	15		さやいんげん(10		人参 皮剥	8			
		ピーマン	10	麻婆豆	木綿豆腐	30		ブロッコリー	40		玉葱	50	野菜イ	大根 皮剥(ゆ	40		玉葱	40		減塩しょうゆ(7.5			
		上白糖	2	腐	鶏ひき肉	20		鶏卵	25		人参 皮剥	20	野イ	人参 皮剥(ゆ	3		人参 皮剥	10		上白糖	2			
		減塩しょうゆ(7.5		玉葱	50		減塩正油パック	5		減塩しょうゆ(5	クラの	小松菜	5		無塩バター	3		みりん風調味料	2.5			
		片栗粉	1		葱	10		じゃが	じゃが芋	50	片栗粉	1	せ	減塩しょうゆ(2.5		減塩しょうゆ(5		合成清酒	2.5			
					減塩しょうゆ(5	じゃが	芋炒煮	濃口醤油	2.5	小葱	5		上白糖	0.5		中華味	0.5		中華味	0.5			
	ジャー	じゃが芋	40		減塩みそ	2	芋炒煮	濃口醤油	2.5		お浸し	白菜	60		上白糖	0.5		食塩	0.3	里芋田	里芋	60		
	マンポ	鶏ひき肉	10		上白糖	1		上白糖	0.5		お浸し	白菜	60		イクラ	5		食塩	0.3	楽	さやえんどう	6		
	テト	玉葱	20		合成清酒	2.5		おろし	大根 皮剥	40		味噌和	はんぺん	10		味噌和	はんぺん	10		合成清酒	2.5			
		無塩バター	2		鶏ガラスープ	0.25	おろし	大根 皮剥	40		煮物	西洋かぼちゃ(40	え	はんぺん	10		片栗粉	2		片栗粉	1		
		食塩	0.2		中華味	0.5	和え	きゅうり(皮な	5		煮物	西洋かぼちゃ(40		え	きゅうり(皮な	30		うずら卵 水煮	20		上白糖	1	
		パセリ	0.5		片栗粉	1		淡口醤油	2.5		煮物	西洋かぼちゃ(40			減塩みそ	5		みりん風調味料	2.5		みりん風調味料	2.5	
											煮物	西洋かぼちゃ(40			上白糖	2		みりん風調味料	2.5		みりん風調味料	2.5	
	湯葉と	湯葉	10	和え物	かぶ 皮剥(ゆ	50	スープ	玉葱	40		煮物	西洋かぼちゃ(40			煮干しだし	10		焼き茄	60	おろし	大根 皮剥	40	
	小松菜	小松菜 ゆで	50		食塩	0.2		人参 皮剥	10		煮物	西洋かぼちゃ(40			煮干しだし	10		子	3	和え	きゅうり(皮な	10	
	のお浸	減塩しょうゆ(2.5		上白糖	0.5		コンソメ	0.5		煮物	西洋かぼちゃ(40			煮干しだし	10		子	3	和え	減塩しょうゆ(2.5	
	し	みりん風調味料	1					食塩	0.8		煮物	西洋かぼちゃ(40			煮干しだし	10		湯豆腐	75		減塩しょうゆ(2.5	
		削り節	0.2	みそ汁	キャベツ(葉先	30		みそ汁	さやいんげん(10		湯豆腐	木綿豆腐	75					和え物	小松菜(葉先)	40	小松菜	小松菜	40
					糸みつば	10	ヨーグ	ヨーグルト(無	60			湯豆腐	小葱	2					和え物	人参 皮剥	5	煮物	凍り豆腐	1
	スープ	木綿豆腐	20		淡色辛みそ	10	ルトゼ	上白糖	10			湯豆腐	削り節	0.5					和え物	マヨネーズパッ	10	煮物	減塩しょうゆ(2.5
		玉葱	20		煮干しだし	150	リー	ゼラチン寒天	1.5			湯豆腐	減塩正油パック	5					スープ	木綿豆腐	40	煮物	煮干しだし	15
		葱	5					水	10										スープ	葱	10			
		鶏ガラスープ	0.25	ゼリー	青りんごゼリー	60													スープ	コンソメ	0.5			
		中華味	0.5																スープ	食塩	0.5			
		食塩	0.8																スープ					
栄養価	1770 kcal	蛋白質	75.0 g	1753 kcal	蛋白質	66.6 g	1777 kcal	蛋白質	74.8 g	1772 kcal	蛋白質	73.4 g	1733 kcal	蛋白質	72.9 g	1737 kcal	蛋白質	74.1 g	1640 kcal	蛋白質	70.0 g			
	脂質	35.7 g	炭水化	278.7 g	脂質	35.1 g	炭水化	284.6 g	脂質	35.5 g	炭水化	280.2 g	脂質	36.8 g	炭水化	277.5 g	脂質	38.0 g	炭水化	265.5 g	脂質	35.7 g	炭水化	270.2 g
	塩分	7.2 g		塩分	7.3 g		塩分	7.6 g		塩分	7.8 g		塩分	7.4 g		塩分	7.9 g		塩分	7.9 g		塩分	7.2 g	

献立表(週間)

潰瘍 1

	11月15日(水)			11月16日(木)			11月17日(金)			11月18日(土)			11月19日(日)			11月20日(月)			11月21日(火)																																																								
朝	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84																																																						
	野菜卵 とじ	キャベツ 人参 皮剥 さやいんげん(食塩 鶏卵	80 10 10 0.5 50	鶏肉照 焼き	若鶏もも 皮な 減塩しょうゆ(食塩 上白糖 みりん風調味料 ブロッコリー カリフラワー マヨネーズ	30 2.5 0.5 1 20 20 15	鶏ささ 若鶏ささ身 玉葱 人参 皮剥 キャベツ さやえんどう 無塩バター 食塩 減塩しょうゆ(片栗粉	30 30 20 10 30 5 1 0.2 5 1	焼き魚 ほっけ・40g 大根 皮剥 しそ 減塩正油パック とろろ なが芋 芋 煮干しだし 減塩しょうゆ(削り節	40 40 0.5 5 60 5 2.5 0.2	豆腐煮 焼き豆腐 里芋 人参 皮剥 減塩しょうゆ(食塩 上白糖 煮干しだし	75 30 15 2.5 1 30	千草焼 き 鶏卵 上白糖 食塩 小松菜(葉先) 玉葱 人参 皮剥	40 1 0.3 10 10 5	含め煮 焼き豆腐 減塩しょうゆ(食塩 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし さやえんどう	75 2.5 1 1 30 4	和え物 きゅうり(皮な 人参 皮剥 マヨネーズ	20 5 5	炒煮 キャベツ 人参 皮剥 凍り豆腐 無塩バター 減塩しょうゆ(食塩 上白糖	50 10 1 1 5 0.5	塩たら たらこ しそ 大根 皮剥(ゆ きゅうり(皮な 食塩 みりん風調味料 木綿豆腐 小葱 淡色辛みそ 煮干しだし	40 10 0.2 1 2 10 150	みそ汁 玉葱 さやえんどう 淡色辛みそ 煮干しだし	20 5 10 150	みそ汁 キャベツ 人参 皮剥 ピーマン 無塩バター 食塩 たいみ たいみそ みそ汁 玉葱 大根 葉 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 10 1 0.2 10 20 10 10 150	みそ汁 白菜 棒麩 淡色辛みそ 煮干しだし	30 1 10 150	練り梅 うめびしお	8 8	ホット ミルク	牛乳 1000ml	180	ホット ミルク	牛乳 1000ml	180	ホット ミルク	牛乳 1000ml	180	ホット ミルク	牛乳 1000ml	180	ホット ミルク	牛乳 1000ml	180																														
昼	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	にゅう めん	そうめん ゆで 蒸しかまぼこ 葱 減塩しょうゆ(食塩 みりん風調味料 煮干しだし 貝割大根・芽	230 15 5 10 2.5 30 3	鶏野鶏 若鶏もも 皮な 上白糖 濃口醤油 片栗粉 サラダ菜	80 0.5 2.5 5 3	白和え しばり豆腐 淡色辛みそ 上白糖 ほうれん草(葉 人参 皮剥	40 40 8 4 50 10	パン バターロール ハンバ ーグ	30 30	バターロール 鶏ひき肉 玉葱 なが芋 鶏卵 食塩 無塩バター キャベツ ゆで 人参 皮剥 ソースパック	90 40 40 5 3 0.5 2 20 5	魚の梅 煮	まこがれい・60 梅漬(調味漬) 減塩しょうゆ(食塩 上白糖 みりん風調味料 しそ 青梅甘露煮	60 2.5 2.5 1 2.5 1 18	豆腐海 鮮あん かけ	木綿豆腐 ベビーホタテ むきエビ あさり 玉葱 人参 皮剥 ピーマン 無塩バター 中華味 食塩 片栗粉	50 20 20 10 30 10 2 0.5 1	魚みそ 煮	あかうお・60g 大根 皮剥 人参 皮剥 減塩みそ 減塩しょうゆ(食塩 上白糖 かつおだし	60 60 20 10 2.5 2 15	湯豆腐 木綿豆腐 減塩しょうゆ(食塩 みりん風調味料 煮干しだし 貝割大根・芽	100 5 2.5 30 3	みそ炒 め	若鶏もも 皮な ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 無塩バター 減塩みそ 上白糖	20 20 10 10 1 6 2	吉野鶏 若鶏もも 皮な 上白糖 濃口醤油 片栗粉 サラダ菜	80 0.5 2.5 5 3	白和え しばり豆腐 淡色辛みそ 上白糖 ほうれん草(葉 人参 皮剥	40 40 8 4 50 10	サラダ トマト(皮なし きゅうり(皮なし 鶏卵 減塩正油パック	40 20 25 5	炊き合 わせ	大根 皮剥 人参 皮剥 さやいんげん(食塩 減塩しょうゆ(食塩 上白糖 かつお・昆布だ	40 15 10 2.5 0.5 10	鶏肉と 大根の 煮物	若鶏むね皮なし 大根 皮剥 人参 皮剥 減塩しょうゆ(食塩 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし さやえんどう	30 30 20 5 1 2.5 15 4	南 瓜煮 物	かぼちゃ(皮なし 減塩しょうゆ(食塩 上白糖 かつおだし	60 2.5 1 15	みそ炒 め	若鶏もも 皮な ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 無塩バター 減塩みそ 上白糖	20 20 10 10 1 6 2	なます 大根 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ 上白糖 食塩	45 5 5 0.1	清汁 さやえんどう	10	長芋の 和え物	なが芋 きゅうり(皮なし 減塩しょうゆ(食塩	50 10 2.5	オニオ ンソテ ー	玉葱 ローズハム 人参 皮剥 無塩バター 食塩	30 5 5 0.2	みそ汁	小松菜(葉先)	20	果物 黄桃缶 果物盛 り合わ	40 30 10	果物盛 り合わ	もも缶(果肉) みかん缶詰(果	30 10	食塩	0.2

献立表(週間)

潰瘍 1

		11月15日(水)		11月16日(木)		11月17日(金)		11月18日(土)		11月19日(日)		11月20日(月)		11月21日(火)									
昼	果物	葱	5	和え物	小松菜 ゆで	50	白菜の	白菜	60	生ふ	10	せ		果物	りんご 缶詰	40							
		淡色辛みそ	10		減塩しょうゆ(2.5	お浸し	減塩しょうゆ(2.5	淡口醤油	5				食塩	0.2	かつお・昆布だ	150					
		煮干しだし	150	上白糖	0.5	かつおだし	1																
		もも缶(果肉)	40	味噌炒め	玉葱	30	果物	もも缶(果肉)	40	果物	西洋なし(缶詰)	40											
		クリーム(植物)	20		人参 皮剥	10																	
				無塩バター	1																		
				減塩みそ	5																		
				果物	バナナ	100																	
夕	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84					
	鶏肉の香味だれ	若鶏もも 皮なし	80	塩焼き	そい 40g(骨)	40	帆立の	ホタテ貝柱	60	鶏肉と	若鶏もも 皮なし	80	焼き魚	まだら・60g(60	魚の照	そい 60g	60	魚塩焼	ほっけ・100g	100		
		薄力粉 1等	3	大根 皮剥	40	バター	さつま芋	20	野菜の	じゃが芋	100	野菜添	食塩	0.3	り焼き	食塩	0.1	き	食塩	0.4			
		上白糖	1	しそ	1	焼き	ピーマン	5	旨煮	人参 皮剥	20	え	玉葱	30		減塩しょうゆ(5		トマト(皮なし)	15			
		減塩しょうゆ(5	減塩正油パック	5		レタス	5		さやえんどう	5		人参 皮剥	10		合成清酒	2		サラダ菜	5			
		みりん風調味料	2.5				無塩バター	1		合成清酒	2.5		有塩バター	3		みりん風調味料	2		減塩正油パック	5			
		葱	5	みそお	大根 皮剥	40	減塩正油パック	5		減塩しょうゆ(7.5		減塩しょうゆ(2.5		レタス	10						
		大根 皮剥	50	でん	鶏卵	25				上白糖	2		合成清酒	2.5		マヨネーズ	5	煮物	じゃが芋	60			
		サラダ菜	5		人参 皮剥	15	サラダ	キャベツ ゆで	30	煮干しだし	30		みりん風調味料	2.5		小葱	3	煮物	人参 皮剥	20			
	煮物	じゃが芋	40		さやいんげん(20	ブロッコリー	20	サラダ	きゅうり(皮なし)	40		小葱	3	煮物	若鶏もも 皮なし	20	煮物	濃口醤油	5			
		人参 皮剥	20		減塩みそ	5	ミニトマト(皮)	15		レタス	15	炒り豆	木綿豆腐	50		じゃが芋	20		上白糖	1			
		さやえんどう(4		減塩しょうゆ(2.5	鶏卵	25		ミニトマト(皮)	15	腐	人参 皮剥	10		人参 皮剥	10		みりん風調味料	1			
		減塩しょうゆ(5		合成清酒	2.5	マヨネーズ	15		マヨネーズパッ	10		葱	10		減塩しょうゆ(5		煮干しだし	15			
		上白糖	1		みりん風調味料	1							有塩バター	3		上白糖	1						
		昆布だし	15	かぶの	かぶ 皮剥(ゆ)	30	鶏肉の	若鶏もも 皮なし	20	煮物	白菜	70	減塩しょうゆ(5		煮干しだし	15	あえ物	白菜(葉先)	40			
	お浸し	白菜	30	和え物	減塩しょうゆ(2.5	煮物	かぶ 皮剥	30	煮物	人参 皮剥	5	上白糖	1	あえ物	きゅうり(皮なし)	40		きゅうり(皮なし)	20			
		減塩しょうゆ(2.5		上白糖	0.5		人参 皮剥	10		人参 皮剥	5	みりん風調味料	2.5		緑豆春雨	5		上白糖	1			
		削り節	0.5	そうめ	そうめん ゆで	30		さやえんどう	5		減塩しょうゆ(5		煮干しだし	15	上白糖	1		食塩	0.3			
				ん汁	葱	5		減塩しょうゆ(5		上白糖	1				減塩しょうゆ(2.5		すり長	なが芋	60		
	みそ汁	切りみつば	5		淡口醤油	5	かつおだし	15	みそ汁	棒麩	1	サラダ	レタス	10		煮干しだし	15	ソテー	小葱	1			
		木綿豆腐	30		食塩	0.2				葱	5		ミニトマト(皮)	20				ソテー	淡口醤油	2.5			
		淡色辛みそ	10		かつお・昆布だ	150	みそ汁	木綿豆腐	20		淡色辛みそ	10		ブロッコリー	30								
		煮干しだし	150					小葱	2		煮干しだし	150		マヨネーズパッ	10								
								淡色辛みそ	10														
								煮干しだし	150														
								お米のムース	50														
								デザート															
栄養価	1733 kcal	蛋白質	70.1 g	1738 kcal	蛋白質	70.2 g	1773 kcal	蛋白質	73.2 g	1744 kcal	蛋白質	69.0 g	1752 kcal	蛋白質	72.5 g	1654 kcal	蛋白質	69.1 g	1684 kcal	蛋白質	69.9 g		
脂質	35.5 g	炭水化	274.1 g	脂質	35.8 g	炭水化	276.5 g	脂質	37.5 g	炭水化	278.0 g	脂質	35.0 g	炭水化	279.1 g	脂質	35.4 g	炭水化	275.4 g	脂質	41.0 g	炭水化	249.3 g
塩分	7.9 g			塩分	7.9 g			塩分	7.3 g			塩分	7.4 g			塩分	7.9 g			塩分	7.8 g		

献立表(週間)

潰瘍 1

	11月22日(水)			11月23日(木)			11月24日(金)			11月25日(土)			11月26日(日)			11月27日(月)			11月28日(火)					
朝	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84			
	野菜ソテー	小松菜 人参 皮剥 玉葱 無塩バター 食塩 温泉卵	50 10 20 2 0.3 50	炒り豆腐	木綿豆腐 キャベツ 葱 人参 皮剥 無塩バター 減塩しょうゆ (上白糖	50 50 10 10 2 5 1	大根煮物	大根 皮剥 人参 皮剥 さやえんどう 減塩しょうゆ (上白糖 煮干しだし	40 8 3 2.5 1 15	炒煮	もやし 人参 皮剥 無塩バター 減塩しょうゆ (上白糖	50 10 1 5 1	野菜かにかま	大根 皮剥 かにかま 減塩しょうゆ (上白糖 片栗粉	70 6 5 1 1	塩たらこ とろ湯 葉和え 和種なばな 湯葉 干し 減塩しょうゆ (梅肉和え	10 0.5 30 1 2.5	鮭缶おろし 大根 皮剥 しそ 減塩正油パック	40 50 0.5 5	キャベツ ゆで 人参 皮剥 梅干し (調味漬 上白糖	40 5 3 1			
	和え物	キャベツ ゆで 減塩しょうゆ (上白糖	40 5 0.5	さつま芋煮	さつま芋 減塩しょうゆ (上白糖 煮干しだし 小葱	60 5 10 3	卵豆腐	鶏卵 煮干しだし 食塩 減塩しょうゆ (上白糖 片栗粉 しそ	20 40 0.2 2.5 1 0.2 0.5	蒸し豆腐	木綿豆腐 葱 減塩正油パック	50 2 5	チンゲンサイの お浸し	チンゲンサイ 減塩しょうゆ (一夜漬 なす (皮なし) 食塩 しそ	60 2.5 20 0.15 0.3	野菜炒め煮 ピーマン 人参 皮剥 無塩バター 減塩しょうゆ (上白糖	50 10 10 1 5	たいみそ	たいみそ	10				
	みそ汁	大根 葉 なす (皮なし) 淡色辛みそ 煮干しだし	5 20 10 150	みそ汁	大根 葉 濃口醤油 上白糖 削り節	20 2.5 0.5 0.3	みそ汁	大根 葉 木綿豆腐 淡色辛みそ 煮干しだし	20 40 10 150	みそ汁	チンゲンサイ じゃが芋 淡色辛みそ 煮干しだし	20 40 10 150	みそ汁	大根 葉 凍り豆腐 葱 淡色辛みそ 煮干しだし	20 2 2 10 150	豆腐の煮物	木綿豆腐 人参 皮剥 減塩しょうゆ (上白糖	25 10 2.5 0.5	みそ汁	棒麩 葱 淡色辛みそ 煮干しだし	1 5 10 150			
	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	みそ汁	玉葱 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 150	漬物	なす (皮なし) 食塩	20 0.1	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	みそ汁	棒麩 葱 淡色辛みそ 煮干しだし	1 5 10 150	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
昼	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	うどん	うどん ゆで 蒸しかまぼこ	280 20	米飯	精白米	84	パン :	オレンジロール	80			
	魚の葱ソース	さけ・60g 食塩 葱 減塩しょうゆ (レモン (果汁) ブロッコリー マヨネーズ	60 0.3 20 5 2 40 15	石狩鍋	さけ・60g (骨 じゃが芋 玉葱 大根 皮剥 人参 皮剥 葱 減塩みそ かつお・昆布だ	60 30 30 30 20 10 15 200	魚の香味焼き	あかうお・70g 減塩しょうゆ (合成清酒 みりん風調味料 サニーレタス	70 5 2.5 2.5 8	煮魚	まごがれい・70 減塩しょうゆ (上白糖 合成清酒 みりん風調味料 人参 皮剥 スナッフえんど	70 10 2 1.5 1.5 20 10	うどん	ほうれん草 醤油パック きゅうり (皮なし) しそ 梅干し (調味漬 削り節	50 5 40 0.3 3 0.2	うどん	ほうれん草 蒸しかまぼこ ほうれん草 (葉 かつお・昆布だ 減塩しょうゆ (みりん風調味料 葱	280 20 30 150 7.5 2.5 5	回鍋肉	若鶏もも 皮なし キャベツ ピーマン 葱 無塩バター 減塩みそ 上白糖 鶏ガラスープ	60 70 10 15 2 10 1 0.5	パン :	オレンジロール	80
	豆腐あんかけ	木綿豆腐 合挽肉 人参 皮剥 貝割大根・芽 減塩しょうゆ (上白糖 片栗粉 煮干しだし	50 10 5 3 5 1 15	もやしとピーマンの炒めもの	もやし ピーマン 菜種油 食塩	40 10 1 0.3	炒め物	キャベツ 玉葱 人参 皮剥 ピーマン 無塩バター 食塩 鶏ガラスープ	30 20 10 8 1 0.3 0.5	お浸し	ほうれん草 醤油パック 梅肉和え	50 5 40 0.3	うどん	かぶ 皮剥 鶏卵 人参 皮剥 減塩しょうゆ (上白糖 煮干しだし	40 25 15 5 1 1	うどん	ほうれん草 蒸しかまぼこ ほうれん草 (葉 かつお・昆布だ 減塩しょうゆ (みりん風調味料 葱	280 20 30 150 7.5 2.5 5	回鍋肉	若鶏もも 皮なし キャベツ ピーマン 葱 無塩バター 減塩みそ 上白糖 鶏ガラスープ	60 70 10 15 2 10 1 0.5	パン :	オレンジロール	80
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	180			
	お浸し	ほうれん草 (葉)	50	ホットミルク	牛乳 1000ml	180	ホットミルク	牛乳 1000ml	1															

献立表(週間)

潰瘍1

	11月22日(水)			11月23日(木)			11月24日(金)			11月25日(土)			11月26日(日)			11月27日(月)			11月28日(火)					
昼	煮物	減塩しょうゆ(2.5 大根 皮剥 40 人参 皮剥 20 減塩しょうゆ(2.5 みりん風調味料 1 煮干しだし 15	40	果物	マヨネーズ 5 上白糖 0.5 削り節 0.1 みかん缶詰(果 40	5	みそ汁	葱 3 里芋 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	3	ネーズ 焼き	40	果物	もも缶(果肉) 40	40	果物	もも缶(果肉) 40 クリーム(植物 15	40	焼きなす	なす(皮なし) 40 小葱 2 減塩しょうゆ(2.5	40	食塩 0.5 パセリ(粉) 0.5			
夕	米飯	精白米 84	84	米飯	精白米 84	84	米飯	精白米 84	84	米飯	精白米 84	84	米飯	精白米 84	84	米飯	精白米 84	84	米飯	精白米 84	84	米飯	精白米 84	84
	帆立焼き	ホタテ貝柱 60 かぼちゃ(皮なし) 40 ピーマン 10 食塩 0.3 無塩バター 1 減塩正油パック 5	60	チキンピカタ	若鶏もも 皮なし 60 食塩 0.3 薄力粉 1等 3 鶏卵 5 無塩バター 1 ケチャップ 5 ブロッコリー 20 サニーレタス 8	60	鶏の照り焼き	若鶏むね皮なし 80 減塩しょうゆ(5 合成清酒 2.5 無塩バター 1 人参 皮剥 5 キャベツ 20 マヨネーズパッ 10	80	ミートローフ	鶏ひき肉 50 パン粉(乾燥) 2 牛乳 5 食塩 0.3 玉葱 60 人参 皮剥 5 鶏卵 3 ケチャップ 5 人参 皮剥 30 無塩バター 1 上白糖 0.5 ブロッコリー 30 マヨネーズ 10	50	鶏肉照り焼き	若鶏もも 皮なし 80 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 みりん風調味料 1 合成清酒 1 レタス 5	80	帆立バター焼き	ホタテ貝柱 30 有塩バター 4 トマト(ゆで) 15 キャベツ ゆで 25 マヨネーズ 10	30	茶碗蒸し	鶏卵 50 煮干しだし 50 かつおだし 50 ささ身 8 なると 8 糸みつば 2 食塩 0.3 みりん風調味料 1	50	蒸し魚	まだら・80g 80 食塩 0.4 ケチャップ 10 濃口醤油 2.5 上白糖 2 合成清酒 2.5 葱 20 片栗粉 1 サニーレタス 5	80
	炊き合わせ	なが芋 60 人参 皮剥 15 淡口醤油 5 上白糖 1 煮干しだし 15 さやえんどう 4	60	野菜炒め	チンゲンサイ 50 黄ピーマン 5 食塩 0.3 菜種油 1	50	煮物	かぶ 皮剥 40 人参 皮剥 15 さやいんげん(10 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15	40	あちゃら漬け	かぶ 皮剥 60 人参 皮剥 5 食塩 0.3 上白糖 1 煮干しだし 1	60	野菜サラダ	きょうな 10 キャベツ 30 ミニトマト(皮なし) 15 マヨネーズパッ 10	30	煮しめ	なが芋 50 ホタテ貝柱 30 人参 皮剥 10 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15	50	もやし和え	もやし 50 人参 皮剥 5 減塩しょうゆ(5 上白糖 1	50	卵とじ	鶏卵 25 玉葱 20 葱 5 食塩 0.2	25
	和え物	きゅうり(皮なし) 30 キャベツ ゆで 15 人参 皮剥 5 濃口醤油 2.5	30	サラダ	キャベツ ゆで 50 人参 皮剥 5 マヨネーズパッ 10 鶏卵 15 玉葱 40 赤ピーマン 5 コンソメ 0.5 食塩 0.8	50	ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー 40 削り節 0.5 減塩しょうゆ(2.5	40	蒸し鶏のサラダ	ささ身 10 レタス 30 トマト(皮なし) 20 ノオイルサザンパッ 10	30	団子の煮物	鶏ひき肉 20 木綿豆腐 40 中力粉 2等 5 脱脂粉乳 3 大根 皮剥 20 人参 皮剥 10 減塩しょうゆ(5 上白糖 1	40	清汁	木綿豆腐 30 貝割大根・芽 5 かつお・昆布だ 150 淡口醤油 5 食塩 0.2	30	果物	みかん缶詰(果 40	40			
	清汁	糸みつば 5 生ふ 8 かつお・昆布だ 150 淡口醤油 5 食塩 0.2	5	卵スープ	鶏卵 15 玉葱 40 赤ピーマン 5 コンソメ 0.5 食塩 0.8	15	中華風スープ	緑豆春雨 5 人参 皮剥 5 鶏卵 20 中華味 0.5 食塩 0.8	5	みそ汁	玉葱 30 ほうれん草 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	30	団子の煮物	鶏ひき肉 20 木綿豆腐 40 中力粉 2等 5 脱脂粉乳 3 大根 皮剥 20 人参 皮剥 10 減塩しょうゆ(5 上白糖 1	40	清汁	木綿豆腐 30 貝割大根・芽 5 かつお・昆布だ 150 淡口醤油 5 食塩 0.2	30	果物	みかん缶詰(果 40	40			
栄養価	1685 kcal 蛋白質 70.3 g 脂質 36.2 g 炭水化 261.4 g 塩分 7.8 g	1766 kcal 蛋白質 67.1 g 脂質 38.4 g 炭水化 278.8 g 塩分 7.0 g	1674 kcal 蛋白質 70.5 g 脂質 37.4 g 炭水化 253.2 g 塩分 7.4 g	1720 kcal 蛋白質 66.5 g 脂質 38.6 g 炭水化 269.0 g 塩分 7.9 g	1686 kcal 蛋白質 69.6 g 脂質 36.3 g 炭水化 260.8 g 塩分 7.2 g	1640 kcal 蛋白質 66.8 g 脂質 36.4 g 炭水化 253.8 g 塩分 7.5 g	1700 kcal 蛋白質 68.7 g 脂質 39.8 g 炭水化 257.6 g 塩分 7.4 g																	

