

献立表(週間)

透析 1

	2月1日(木)			2月2日(金)			2月3日(土)			2月4日(日)			2月5日(月)			2月6日(火)			2月7日(水)		
朝	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70
	卵豆腐	鶏卵	20	ツナと	ライトツナ缶 (20	卵とじ	鶏卵	50	アスパ	グリーンアスパ	20	中華炒	もやし ゆで	40	焼き魚	ほっけ・20g	20	野菜卵	キャベツ ゆで	40
	あんか	煮干しだし	20	玉葱の	玉葱 ゆで	20		玉葱 ゆで	30	ラのソ	赤ピーマン(ゆ	5	め	玉葱 ゆで	20		食塩	0.1	とじ	人参 皮剥(ゆ	10
	け	淡口醤油	2.5	炒め物	赤ピーマン(ゆ	5		さやいんげん(15	テー	無塩バター	1		人参 皮剥(ゆ	10		大根 皮剥(ゆ	40		さやいんげん(10
		生姜(ゆで)	2		グリーンピース	3		減塩しょうゆ(5		食塩	0.2		菜種油	1		しそ	1		菜種油	2
		減塩しょうゆ(2.5		菜種油	2		上白糖	1		白こしょう	0.01		中華味	0.5		減塩しょうゆ(2.5		食塩	0.3
		上白糖	1		中華味	0.5		みりん風調味料	2.5					減塩しょうゆ(2.5		上白糖	0.5		白こしょう	0.01
		片栗粉	1		食塩	0.3		煮干しだし	30	焼き魚	さば・20g	20		上白糖	0.5	野菜ソ	キャベツ ゆで	30		鶏卵	50
		貝割大根(ゆで	5		白こしょう	0.01	チンゲ	はんぺん	10		食塩	0.1	納豆	納豆	20	テー	きょうな ゆで	10	和え物	きゅうり(ゆで	30
	ひじき	ひじき	2	人参と	もやし ゆで	30	チンゲ	チンゲンサイ	20		しそ(ゆで)	1		葱(ゆで)	2		菜種油	1		カットわかめ	0.5
	の炒め	人参 皮剥(ゆ	10	水菜の	きょうな ゆで	10	炒め煮	人参 皮剥(ゆ	10	かぶの	かぶ 皮剥(ゆ	20		減塩正油パック	5		食塩	0.2		めんつゆ(スト	1
	煮	グリーンピース(3	ナムル	人参 皮剥(ゆ	10		菜種油	1	レモン	ゆず(果皮)	1		減塩正油パック	5		白こしょう	0.01		マヨネーズ	5
		菜種油	1		減塩しょうゆ(2.5		減塩しょうゆ(2.5	和え	レモン(果汁)	5	きゅう	きゅうり(ゆで	20	梅肉和	白菜(ゆで)	40			
		減塩しょうゆ(2.5		穀物酢	5		上白糖	1		食塩	0.2	りの酢	人参 皮剥(ゆ	5	え	梅干し(調味漬	5	切り干	切干し大根	4
		上白糖	1		上白糖	2		ごま	1		上白糖	3	の物	穀物酢	5		みりん風調味料	2.5	の炒め	油揚げ	5
					ごま油	1	味付け	味付けのり	1	みそ汁	ほうれん草(ゆ	20		上白糖	3	みそ汁	減塩しょうゆ(2.5	煮	菜種油	1
	たいみ	たいみそ	8	のり佃	減塩あまのり佃	8	のり				もやし ゆで	20		減塩しょうゆ(2.5	みそ汁	もやし ゆで	30	煮	減塩しょうゆ(5
	そ			煮							淡色辛みそ	10	みそ汁	大根 葉(ゆで	10		葱(ゆで)	5	の炒め	上白糖	1
											煮干しだし	150	みそ汁	キャベツ ゆで	20		淡色辛みそ	10		煮干しだし	15
	みそ汁	大根 葉(ゆで	20	みそ汁	白菜(ゆで)	20	みそ汁	小松菜 ゆで	30		煮干しだし	150		淡色辛みそ	10		煮干しだし	150	みそ汁	玉葱 ゆで	20
		棒麩	1		淡色辛みそ	10		えのき茸	10	牛乳	牛乳	100		煮干しだし	150		煮干しだし	150		さやえんどう(5
		淡色辛みそ	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		淡色辛みそ	10
		煮干しだし	150					煮干しだし	150					煮干しだし	150		煮干しだし	150		煮干しだし	150
	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100				牛乳	牛乳	100				牛乳	牛乳	100
													牛乳	牛乳	100				牛乳	牛乳	100
昼	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	そば	そば ゆで	180	米飯	精白米	70	パン	胚芽ロール	48	米飯	精白米	70
	鶏肉ク	若鶏もも 皮な	40	魚の香	まだら・50g	50	弁当盛	尾付きえび	20	そば	鶏卵	12.5	揚げ鶏	若鶏もも 皮な	40	パン	ホテルブレッド	40	米飯	精白米	70
	リーム	白こしょう	0.01	草焼き	食塩	0.2	り合わ	玉葱 ゆで	20	そば	蒸しかまぼこ	10	の	片栗粉	2	スープ	じゃが芋 ゆで	30	魚バタ	まだら・30g	30
	煮	人参 皮剥(ゆ	15		白こしょう	0.01	せ	人参 皮剥(ゆ	20	そば	ほうれん草(ゆ	20	の	菜種油	5	煮	ブロッコリー	20	一焼き	白こしょう	0.01
		玉葱 ゆで	20		パン粉(乾燥)	1		無塩バター	1	そば	葱(ゆで)	5	しあん	玉葱 ゆで	50	かけ	キャベツ ゆで	10		無塩バター	3
		マッシュルーム	10		タイム	0.1		大根 皮剥(ゆ	50	そば	かつお・昆布だ	150	かけ	ぶなしめじ	20		人参 皮剥(ゆ	10		もやし ゆで	30
		無塩バター	5		パセリ	0.1		減塩正油パック	5	そば	減塩しょうゆ(10		もやし ゆで	20		人参 皮剥(ゆ	10		ピーマン(ゆで	5
		薄力粉 1等	5		無塩バター	3		かぶ 皮剥(ゆ	40	そば	みりん風調味料	2.5		人参 皮剥(ゆ	5		コンソメ	0.5		菜種油	2
		牛乳	40		オリーブ油	3		人参 皮剥(ゆ	15	そば	みりん風調味料	2.5		大根 皮剥(ゆ	50		白こしょう	0.01		食塩	0.1
		クリーム(植物	8		サニーレタス	3		減塩しょうゆ(2.5	そば	生椎茸	20	え	減塩しょうゆ(7.5	ピーマ	赤ピーマン(ゆ	10		白こしょう	0.03
		食塩	0.2		ソースパック	5		上白糖	0.5	そば	エリンギ	20		上白糖	1	ンソテ	黄ピーマン(ゆ	10		減塩正油パック	5
		白こしょう	0.01					みりん風調味料	1	そば	さやいんげん(20		合成清酒	2.5	一	ピーマン(ゆで	10	酢の物	なが芋 水煮	30
		パセリ(粉)	0.2	炊合せ	大根 皮剥(ゆ	15		さやえんどう	4	そば	いりごま	0.5		みりん風調味料	2.5		オリーブ油	1		きゅうり(ゆで	5
		コンソメ	0.5		たけのこ 水煮	20		ほうれん草(ゆ	30	そば	減塩しょうゆ(2.5		かつお・昆布だ	30		食塩	0.3		上白糖	3
					生椎茸	5		削り節	0.2	そば	上白糖	0.5		片栗粉	1		白こしょう	0.01		穀物酢	2.5
	大根サ	大根 皮剥(ゆ	20		人参 皮剥(ゆ	10		減塩しょうゆ(2.5	切干大	切干し大根	3		糸みつば ゆで	5				食塩	0.2	
	ラダ	人参 皮剥(ゆ	5		減塩しょうゆ(5		桜大根	10	根煮	人参 皮剥(ゆ	8				サラダ	レタス(ゆで)	30			
		きゅうり(ゆで	10		上白糖	1		みかん缶詰(果	40		さやえんどう(5	煮物	かぶ 皮剥(ゆ	20		人参 皮剥(ゆ	5	なす味	なす(ゆで)	20
		穀物酢	5		合成清酒	2.5		もも缶(果肉)	40		減塩しょうゆ(2.5		人参 皮剥(ゆ	15		マヨネーズパッ	10	噌炒め	玉葱 ゆで	20
		調合油	3		煮干しだし	15					上白糖	0.5		さやいんげん(15				人参 皮剥(ゆ	5	

献立表(週間)

透析 1

	2月1日(木)		2月2日(金)		2月3日(土)		2月4日(日)		2月5日(月)		2月6日(火)		2月7日(水)		
昼	食塩 0.2 白こしょう 0.01	0.2 0.01	キャベツサラダ	キャベツ ゆで 20 きゅうり(ゆで) 5 人参 皮剥(ゆ) 3 マヨネーズ 8 ケチャップ 2 スイートコーン 5	20 5 3 8 2 5	デザート 粉飴ムス(ラ・ファン) 58	58	煮干しだし 15 いもよ うかん さつま芋(ゆで) 30 上白糖 10 寒天 1 果物 みかん缶詰(果) 40	15 30 10 1 40	減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15 お浸し 白菜(ゆで) 30 減塩しょうゆ(2.5 削り節 0.3 バター 生椎茸 ゆで 20 焼き 無塩バター 2 食塩 0.2 さやえんどう(5 果物 もも缶(果肉) 40	5 1 15 30 2.5 0.3 20 2 0.2 5 40	コーン 20 ポター 15 ジュ 3.5 無塩バター 2.5 牛乳 50 コンソメ 0.25 食塩 0.15 白こしょう 0.01 果物 西洋なし(缶詰) 40 果物 黄桃缶 40 クリーム(植物) 20 マービー 液状 5	20 15 3.5 2.5 50 0.25 0.15 0.01 40 40 20 5	乾椎茸 0.3 菜種油 2 減塩みそ 8 上白糖 2 煮物 凍り豆腐 4 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 1 かつお・昆布だ 10 小葱(ゆで) 5 果物 黄桃缶 40 クリーム(植物) 20 マービー 液状 5	0.3 2 8 2 4 2.5 1 10 5 40 20 5
夕	米飯 精白米 70 焼魚 さけ・40g 40 大根 皮剥(ゆ) 40 しそ(ゆで) 1 減塩正油パック 5 麻婆豆腐 木綿豆腐 30 玉葱 ゆで 50 葱(ゆで) 10 にんにく 0.5 生姜(ゆで) 3 減塩しょうゆ(5 減塩みそ 2 上白糖 1 合成清酒 2.5 鶏ガラスープ 0.25 中華味 0.5 ごま油 1 片栗粉 1 とうがらし 乾 0.2 あちゃら漬け かぶ 皮剥(ゆ) 50 食塩 0.2 穀物酢 5 上白糖 3 ソテー キャベツ ゆで 30 糸みつば ゆで 10 食塩 0.2 調合油 2	70 40 40 1 5 30 50 10 0.5 3 5 2 1 2.5 0.25 0.5 1 1 0.2 50 0.2 5 3	米飯 精白米 70 豚生姜 豚かたロース 40 焼き 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 合成清酒 2.5 生姜 3 菜種油 2 ブロッコリー 40 鶏卵 25 マヨネーズパッ 10 れんこん炒煮 大根 皮剥(ゆ) 40 なめこ 20 きゅうり(ゆで) 5 穀物酢 5 淡口醤油 2.5 ソテー 玉葱 ゆで 40 人参 皮剥(ゆ) 10 菜種油 1 コンソメ 0.5 白こしょう 0.01 なすの味噌煮 20 なす(ゆで) 50 減塩みそ 5 上白糖 1 煮干しだし 10	70 40 5 1 2.5 3 2 40 20 5 5 2.5 0.1 40 20 5 5 1 10 5 2.5 0.5 20 50 1 5 5 1 20 5 1 10 0.5 20 50 5 1 10 0.01 20 50 5 1 10 0.01 20 50 5 1 10 0.01	米飯 精白米 70 肉団子 鶏ひき肉 40 の甘酢 玉葱 ゆで 30 あんか 鶏卵 3 け 食塩 0.1 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 3 玉葱 ゆで 50 人参 皮剥(ゆ) 20 乾椎茸(ゆで) 1 菜種油 0.5 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 片栗粉 1 穀物酢 5 小葱(ゆで) 5 わかめ カットわかめ 1 油揚げ 10 酢味噌 5 和え さやえんどう(5 菜種油 1 濃口醤油 2.5 上白糖 0.5 湯豆腐 木綿豆腐 50 生姜(ゆで) 2 小葱(ゆで) 2 削り節 0.5 減塩正油パック 5 きのこ ぶなしめじ(ゆ) 10 まいたけ(ゆで) 10 えのき茸(水煮) 10 エリンギ 1 いりごま 8	70 40 30 3 0.1 0.01 3 50 20 1 5 1 5 5 1 10 10 5 5 1 5 5 1 5 5 2 2 0.5 5 10 10 10 1 8	米飯 精白米 70 チキン 若鶏もも 皮な 30 カツ 食塩 0.15 白こしょう 0.01 鶏卵 5 低蛋白小麦粉 3 菜種油 10 キャベツ ゆで 20 トマト(ゆで) 15 マヨネーズパッ 10 とびっ 大根 皮剥(ゆ) 20 こ和え 人参 皮剥(ゆ) 3 小松菜 ゆで 5 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 とびっこ 5 きゅうり(ゆで) 30 減塩みそ 5 穀物酢 1 上白糖 1 揚げ茄子 5 なす(ゆで) 30 菜種油 5 生姜(ゆで) 1 小葱(ゆで) 3 減塩正油パック 5 きのこ ぶなしめじ(ゆ) 10 まいたけ(ゆで) 10 えのき茸(水煮) 10 エリンギ 1 いりごま 8	70 30 0.15 0.01 5 3 10 20 15 10 20 3 3 5 2.5 0.5 5 5 30 5 1 1 5 30 5 1 3 5 10 10 10 1 8	米飯 精白米 70 豚すき 豚ももスライス 40 焼き豆腐 50 白菜(ゆで) 30 葱(ゆで) 15 しらたき 30 人参 皮剥(ゆ) 8 生椎茸 10 菜種油 3 減塩しょうゆ(7.5 上白糖 2 みりん風調味料 2.5 合成清酒 2.5 ゴマ味 スナップえんど 30 噌和え 減塩みそ 6 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 いりごま 1 なめこ 大根 皮剥(ゆ) 40 きゅうり(ゆで) 10 なめこ(水煮缶) 20 減塩しょうゆ(2.5 小松菜 小松菜 ゆで 40 煮物 凍り豆腐 1 湯豆腐 湯豆腐 1 煮物 減塩しょうゆ(2.5 煮干しだし 15 ゼリー はちみつレモン 60	70 40 50 30 15 30 8 10 3 7.5 2 2.5 2.5 30 6 1 2.5 1 40 10 20 2.5 40 1 2.5 15 40 1 2.5 15 60	米飯 精白米 70 鶏肉の香味だれ 若鶏もも 皮な 30 食塩 0.15 白こしょう 0.01 低蛋白小麦粉 3 ごま油 3 上白糖 1 穀物酢 2.5 みりん風調味料 2.5 葱(ゆで) 5 生姜(ゆで) 2 大根 皮剥(ゆ) 20 サラダ菜(ゆで) 5 炊き合わせ じゃが芋 ゆで 40 人参 皮剥(ゆ) 20 さやえんどう(4 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 昆布だし 15 和え物 めかぶわかめ 30 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 湯豆腐 湯豆腐 1 湯豆腐 切りみつば ゆ 5 木綿豆腐 25 減塩しょうゆ(2.5	30 0.15 0.01 3 3 1 2.5 2 5 20 5 5 5 5 20 5 40 10 4 5 1 15 30 20 2.5 0.5 5 5 5 1 5 2.5			

献立表(週間)

透析 1

	2月1日(木)		2月2日(金)		2月3日(土)		2月4日(日)		2月5日(月)		2月6日(火)		2月7日(水)	
夕										食塩 0.1 白こしょう 0.01				
									ゼリー	青りんごゼリー 60				
栄養価	エネルギー 1517 kcal	蛋白質 49.4 g	エネルギー 1491 kcal	蛋白質 49.4 g	エネルギー 1519 kcal	蛋白質 47.9 g	エネルギー 1411 kcal	蛋白質 48.3 g	エネルギー 1485 kcal	蛋白質 49.4 g	エネルギー 1488 kcal	蛋白質 48.0 g	エネルギー 1515 kcal	蛋白質 49.8 g
	脂質 39.7 g	炭水化 231.9 g	脂質 42.4 g	炭水化 219.5 g	脂質 35.4 g	炭水化 246.2 g	脂質 36.1 g	炭水化 219.6 g	脂質 34.8 g	炭水化 238.7 g	脂質 38.7 g	炭水化 235.8 g	脂質 42.4 g	炭水化 227.7 g
	塩分 5.7 g		塩分 5.8 g		塩分 5.1 g		塩分 5.4 g		塩分 5.6 g		塩分 5.8 g		塩分 5.6 g	

献立表(週間)

透析 1

	2月8日(木)			2月9日(金)			2月10日(土)			2月11日(日)			2月12日(月)			2月13日(火)			2月14日(水)				
朝	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70		
	鶏肉照 焼き	若鶏もも 皮な 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 1 ブロッコリー 10 カリフラワー 10 マヨネーズパッ 10	20	鶏ささ 身の中 華炒め	若鶏ささ身 20 玉葱 ゆで 20 人参 皮剥(ゆ 10 キャベツ ゆで 30 さやえんどう(5 ごま油 1 減塩しょうゆ(5 白こしょう 0.01 片栗粉 1	20	焼き魚 ほっけ開き 20 食塩 0.05 大根 皮剥(ゆ 40 しそ 0.5 減塩しょうゆ(2.5		高野豆 凍り豆腐 4 腐の煮 物 5 上白糖 0.5 煮干しだし 30		凍り豆腐 4 人参 皮剥(ゆ 15 減塩しょうゆ(5 上白糖 0.5 煮干しだし 30		千草焼 き 20 上白糖 0.5 小松菜 ゆで 5 玉葱 ゆで 5 人参 皮剥(ゆ 2.5		鶏卵 20 含め煮 こつぶがんも 30 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 1 煮干しだし 30 さやえんどう(4		野菜ソ テー 人参 皮剥(ゆ 10 玉葱 ゆで 20 菜種油 2 食塩 0.3 白こしょう 0.01		小松菜 ゆで 25 人参 皮剥(ゆ 10 玉葱 ゆで 20 菜種油 2 食塩 0.3 白こしょう 0.01		小松菜 ゆで 25 人参 皮剥(ゆ 10 玉葱 ゆで 20 菜種油 2 食塩 0.3 白こしょう 0.01		小松菜 ゆで 25 人参 皮剥(ゆ 10 玉葱 ゆで 20 菜種油 2 食塩 0.3 白こしょう 0.01
	もやし の炒煮	もやし ゆで 30 人参 皮剥(ゆ 10 油揚げ 5 菜種油 1 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5	30	塩たら たらこ しそ 0.5	えのき えのき茸 20 きゅうり(ゆで 40 食塩 0.2 みりん風調味料 1	20	みそ汁 キャベツ ゆで 30 生椎茸 5 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		ソテー キャベツ ゆで 20 人参 皮剥(ゆ 10 ピーマン(ゆで 10 菜種油 2 食塩 0.2 白こしょう 0.01		切干大 根の炒 煮 3 切干し大根 3 人参 皮剥(ゆ 10 油揚げ 3 菜種油 2 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15		磯和え もやし ゆで 40 人参 皮剥(ゆ 5 焼きのり 0.3 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 ごま 1		磯和え もやし ゆで 40 人参 皮剥(ゆ 5 焼きのり 0.3 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 ごま 1		磯和え もやし ゆで 40 人参 皮剥(ゆ 5 焼きのり 0.3 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 ごま 1		磯和え もやし ゆで 40 人参 皮剥(ゆ 5 焼きのり 0.3 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 ごま 1		磯和え もやし ゆで 40 人参 皮剥(ゆ 5 焼きのり 0.3 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 ごま 1		
	白菜の ゆかり 和え	白菜(ゆで) 50 しそ(ゆで) 0.5 ゆかり 0.5	50	の和え 物 1	えのき えのき茸 20 きゅうり(ゆで 40 食塩 0.2 みりん風調味料 1	20	漬物 なす しば漬 10		みそ汁 玉葱 ゆで 20 大根 葉(ゆで 10 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		みそ汁 白菜(ゆで) 30 棒麩 1 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		みそ汁 白菜(ゆで) 30 棒麩 1 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		みそ汁 キャベツ ゆで 20 葱(ゆで) 5 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		みそ汁 キャベツ ゆで 20 葱(ゆで) 5 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		みそ汁 キャベツ ゆで 20 葱(ゆで) 5 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		みそ汁 キャベツ ゆで 20 葱(ゆで) 5 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		
	みそ汁	いわのり 2 小葱(ゆで) 2 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	2	みそ汁 もやし ゆで 20 小葱(ゆで) 5 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	20	牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100	
	牛乳	牛乳 100	100	牛乳 牛乳 100	100	牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100	
昼	米飯	精白米 70	70	米飯	精白米 70	70	赤飯	もち米 35 精白米 35	35	米飯	精白米 70	70	パン	メロンパン65g 65	65	米飯	精白米 70	70	米飯	精白米 70	70	米飯	精白米 70
	豆腐海 鮮あん かけ	木綿豆腐 25 ベビーホタテ 10 むきエビ 20 あさり 10 玉葱 ゆで 30 人参 皮剥(ゆ 10 ピーマン(ゆで 10 中華味 0.5 食塩 0.3 白こしょう 0.01 片栗粉 1	25	魚みそ 煮 さば・20g 20 生姜(ゆで) 3 大根 皮剥(ゆ 30 人参 皮剥(ゆ 20 減塩みそ 10 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 2 合成清酒 2.5 みりん風調味料 2.5	20	揚げ出 し豆腐 木綿豆腐 50 片栗粉 4 菜種油 6 減塩しょうゆ(5 食塩 0.1 みりん風調味料 2.5 煮干しだし 30 生姜(ゆで) 3 ししとうがらし 5 貝割大根(ゆで 3		食用色素(紅) 0.01 甘納豆 金時 12		魚の唐 揚げ 鶏と野 菜の炊 き合 せ かぶの 酢の物 かぶ 皮剥(ゆ 30 刻み昆布 0.5 食塩 0.1 穀物酢 5 上白糖 2.5 いりごま 0.5		魚の唐 揚げ 鶏と野 菜の炊 き合 せ かぶの 酢の物 かぶ 皮剥(ゆ 30 刻み昆布 0.5 食塩 0.1 穀物酢 5 上白糖 2.5 いりごま 0.5		豚並肉(肩・脂 15 たけのこ 水煮 20 人参 皮剥(ゆ 10 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15		カレー 風味メ ンチカ ツ 合挽肉 20 玉葱 ゆで 40 なが芋 5 鶏卵 3 白こしょう 0.01 カレー粉 0.5 薄力粉 1等 5 カレー粉 0.3 鶏卵 5 パン粉(乾燥) 6 菜種油 8 キャベツ ゆで 20 人参 皮剥(ゆ 5 ソースバック 5		カレー 風味メ ンチカ ツ 合挽肉 20 玉葱 ゆで 40 なが芋 5 鶏卵 3 白こしょう 0.01 カレー粉 0.5 薄力粉 1等 5 カレー粉 0.3 鶏卵 5 パン粉(乾燥) 6 菜種油 8 キャベツ ゆで 20 人参 皮剥(ゆ 5 ソースバック 5		カレー 風味メ ンチカ ツ 合挽肉 20 玉葱 ゆで 40 なが芋 5 鶏卵 3 白こしょう 0.01 カレー粉 0.5 薄力粉 1等 5 カレー粉 0.3 鶏卵 5 パン粉(乾燥) 6 菜種油 8 キャベツ ゆで 20 人参 皮剥(ゆ 5 ソースバック 5		カレー 風味メ ンチカ ツ 合挽肉 20 玉葱 ゆで 40 なが芋 5 鶏卵 3 白こしょう 0.01 カレー粉 0.5 薄力粉 1等 5 カレー粉 0.3 鶏卵 5 パン粉(乾燥) 6 菜種油 8 キャベツ ゆで 20 人参 皮剥(ゆ 5 ソースバック 5	
	豚肉と 大根の 煮物	豚並肉(肩・脂 20 大根 皮剥(ゆ 20 人参 皮剥(ゆ 10 菜種油 1 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 煮干しだし 15	20	南瓜煮 物 西洋かぼちゃ(40 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 1 かつおだし 15	20	みそ炒 め 若鶏もも 皮な 20 ピーマン(ゆで 10 赤ピーマン(ゆ 10 黄ピーマン(ゆ 10 菜種油 1 減塩みそ 6 上白糖 2		茶碗蒸 し 若鶏むね 皮な 5 ほうれん草(ゆ 15		煮物 豚並肉(肩・脂 15 たけのこ 水煮 20 人参 皮剥(ゆ 10 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15		煮物 豚並肉(肩・脂 15 たけのこ 水煮 20 人参 皮剥(ゆ 10 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15		サラダ トマト(ゆで) 20 きゅうり(ゆで 20 鶏卵 25 穀物酢 5 葱(ゆで) 5 コンソメ 0.2		サラダ トマト(ゆで) 20 きゅうり(ゆで 20 鶏卵 25 穀物酢 5 葱(ゆで) 5 コンソメ 0.2		サラダ トマト(ゆで) 20 きゅうり(ゆで 20 鶏卵 25 穀物酢 5 葱(ゆで) 5 コンソメ 0.2		サラダ トマト(ゆで) 20 きゅうり(ゆで 20 鶏卵 25 穀物酢 5 葱(ゆで) 5 コンソメ 0.2			

献立表(週間)

透析 1

	2月8日(木)		2月9日(金)		2月10日(土)		2月11日(日)		2月12日(月)		2月13日(火)		2月14日(水)			
昼		さやえんどう 4		かつおだし 0.5	マリネ	人参 皮剥(ゆ) 5 オリーブ油 3 穀物酢 3 食塩 0.2 白こしょう 0.01 パセリ(粉) 0.1		鶏卵 25 かつお・昆布だ 50 合成清酒 1.25 みりん風調味料 1.25 淡口醤油 1.25 食塩 0.25		食塩 0.3 白こしょう 0.01		減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 白こしょう 0.01		食塩 0.1 白こしょう 0.01		
	ゴマ和え	小松菜 ゆで 50 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 上白糖 0.5 ごま 0.5	白菜の お浸し	白菜(ゆで) 60 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 かつおだし 1					果物盛 り合わせ	もも缶(果肉) 20 パインアップル 20 みかん缶詰(果) 10	オニオンソテー	玉葱 ゆで 30 ロースハム 5 人参 皮剥(ゆ) 5 無塩バター 2 食塩 0.2 白こしょう 0.01	チョコ ムース	クリーム(植物) 20 牛乳 1000ml 30 ミルクチョコレート 20 ゼラチン 0.8 水 10 クリーム(植物) 5 ミルクチョコレート 5		
	味噌炒め	さやいんげん(ゆ) 30 玉葱 ゆで 30 人参 皮剥(ゆ) 10 無塩バター 3 減塩みそ 4	果物	みかん缶詰(果) 40	ソテー	さやえんどう(ゆ) 20 えのき茸(水煮) 20 菜種油 1 食塩 0.2	蓋物	生ふ 10 糸みつば ゆで 3 なが芋(ゆで) 20 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 かつお・昆布だ 20				フルー ツみつ 豆	フルーツみつ豆 90			
	果物	りんご 缶詰 40			果物	西洋なし(缶詰) 40	果物	黄桃缶 20 西洋なし(缶詰) 20 クリーム(乳) 10								
夕	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70
	塩焼き	そい 20g 20 大根 皮剥(ゆ) 40 しそ 1 減塩正油パック 5	フライ 盛り合 わせ	尾付きえび 20 生椎茸 10 ししとうがらし 5 薄力粉 1等 5 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 8 菜種油 10 さやいんげん(ゆ) 5 ソースパック 5	豚肉と 野菜の 旨煮	豚ももスライス 40 じゃが芋 ゆで 20 ごぼう ゆで 30 人参 皮剥(ゆ) 20 生椎茸 10 しらたき 30 えんどう ゆで 5 菜種油 2 減塩しょうゆ(ゆ) 7.5 上白糖 2 合成清酒 2.5 煮干しだし 30	焼き魚 きのこ 添え	すずき・20g 20 食塩 0.1 白こしょう 0.01 ぶなしめじ(ゆ) 10 生椎茸 ゆで 10 まいたけ(ゆで) 10 菜種油 2 減塩しょうゆ(ゆ) 5 合成清酒 2.5 みりん風調味料 2.5 小葱(ゆで) 3 減塩正油パック 5	チキン カツ	若鶏もも 皮な 40 食塩 0.1 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 4 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 3 菜種油 10 ブリーツレタス 5 ブロッコリー 15 マヨネーズ 5 ケチャップパッ 8	魚塩焼 き	ほっけ・40g 40 食塩 0.2 トマト(ゆで) 15 サラダ菜(ゆで) 5 減塩正油パック 5	魚の葱 ソース	さけ・40g 40 生姜(ゆで) 3 葱(ゆで) 20 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 上白糖 1 ブロッコリー 20 マヨネーズ 10		
	みそお でん	板こんにゃく 15 里芋 ゆで 40 さやいんげん(ゆ) 10 人参 皮剥(ゆ) 15 減塩みそ 5 合成清酒 2.5 上白糖 1 みりん風調味料 2.5	煮物	かぶ 皮剥(ゆ) 40 人参 皮剥(ゆ) 10 さやえんどう(ゆ) 5 減塩しょうゆ(ゆ) 5 上白糖 1	海藻サ ラダ	海藻サラダ 2 きゅうり(ゆで) 10 トマト(ゆで) 40 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 穀物酢 5 調合油 3 白こしょう 0.01	おから の炒り 煮	おから(新製法) 20 ひじき 0.5 乾椎茸 0.5 人参 皮剥(ゆ) 5 葱(ゆで) 5 菜種油 3 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 2.5 煮干しだし 15	わかめ 酢正油	きゅうり(ゆで) 20 カットわかめ 0.5 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 生姜(ゆで) 1.5	煮物	じゃが芋 ゆで 60 人参 皮剥(ゆ) 20 減塩しょうゆ(ゆ) 5 上白糖 1 みりん風調味料 1 煮干しだし 15 菜種油 1 グリーンピース(ゆ) 3	煮物	里芋 ゆで 40 人参 皮剥(ゆ) 10 減塩しょうゆ(ゆ) 5 上白糖 1 煮干しだし 15		
	もずく の酢物	もずく 50 生姜(ゆで) 2 穀物酢 5 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 上白糖 3	煮物	かぶ 皮剥(ゆ) 40 人参 皮剥(ゆ) 10 さやえんどう(ゆ) 5 減塩しょうゆ(ゆ) 5 上白糖 1	海藻サ ラダ	海藻サラダ 2 きゅうり(ゆで) 10 トマト(ゆで) 40 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 穀物酢 5 調合油 3 白こしょう 0.01	おから の炒り 煮	おから(新製法) 20 ひじき 0.5 乾椎茸 0.5 人参 皮剥(ゆ) 5 葱(ゆで) 5 菜種油 3 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 2.5 煮干しだし 15	わかめ 酢正油	きゅうり(ゆで) 20 カットわかめ 0.5 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 生姜(ゆで) 1.5	煮物	じゃが芋 ゆで 60 人参 皮剥(ゆ) 20 減塩しょうゆ(ゆ) 5 上白糖 1 みりん風調味料 1 煮干しだし 15 菜種油 1 グリーンピース(ゆ) 3	煮物	里芋 ゆで 40 人参 皮剥(ゆ) 10 減塩しょうゆ(ゆ) 5 上白糖 1 煮干しだし 15		
	椀物	茶そば 20 葱(ゆで) 5 乾椎茸 0.5 減塩しょうゆ(ゆ) 5 かつお・昆布だ 75	豆腐田 楽	木綿豆腐 50 減塩みそ 5 はちみつ 5	海藻サ ラダ	海藻サラダ 2 きゅうり(ゆで) 10 トマト(ゆで) 40 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 穀物酢 5 調合油 3 白こしょう 0.01	おから の炒り 煮	おから(新製法) 20 ひじき 0.5 乾椎茸 0.5 人参 皮剥(ゆ) 5 葱(ゆで) 5 菜種油 3 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 2.5 煮干しだし 15	わかめ 酢正油	きゅうり(ゆで) 20 カットわかめ 0.5 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 生姜(ゆで) 1.5	煮物	じゃが芋 ゆで 60 人参 皮剥(ゆ) 20 減塩しょうゆ(ゆ) 5 上白糖 1 みりん風調味料 1 煮干しだし 15 菜種油 1 グリーンピース(ゆ) 3	煮物	里芋 ゆで 40 人参 皮剥(ゆ) 10 減塩しょうゆ(ゆ) 5 上白糖 1 煮干しだし 15		
	デザート	エネプリンいち 40			デザート	粉飴ムス(ラ・フラン) 58	鳴門煮	カットわかめ 0.5 大根 皮剥(ゆ) 40 葱(ゆで) 5	エリン ギソテ ー	エリンギ 30 にら 葉・ゆで 10 オリーブ油 1 減塩しょうゆ(ゆ) 2.5 白こしょう 0.01						

献立表(週間)

透析 1

	2月8日(木)		2月9日(金)		2月10日(土)		2月11日(日)		2月12日(月)		2月13日(火)		2月14日(水)	
夕							減塩しょうゆ (2.5							
							煮干しだし 15							
栄養価	エネルギー 1493 kcal	蛋白質 48.3 g	エネルギー 1503 kcal	蛋白質 49.2 g	エネルギー 1546 kcal	蛋白質 47.5 g	エネルギー 1456 kcal	蛋白質 46.7 g	エネルギー 1483 kcal	蛋白質 50.0 g	エネルギー 1426 kcal	蛋白質 47.9 g	エネルギー 1500 kcal	蛋白質 49.1 g
	脂質 37.5 g	炭水化 233.8 g	脂質 37.8 g	炭水化 234.9 g	脂質 41.4 g	炭水化 242.4 g	脂質 34.8 g	炭水化 231.8 g	脂質 41.4 g	炭水化 219.5 g	脂質 42.5 g	炭水化 204.8 g	脂質 40.2 g	炭水化 228.7 g
	塩分 5.6 g		塩分 5.4 g		塩分 5.3 g		塩分 5.3 g		塩分 5.0 g		塩分 5.7 g		塩分 5.5 g	

献立表(週間)

透析 1

	2月15日(木)			2月16日(金)			2月17日(土)			2月18日(日)			2月19日(月)			2月20日(火)			2月21日(水)		
朝	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70
	炒り豆腐	木綿豆腐	50	大根煮物	大根 皮剥(ゆ)	20	炒煮	もやし ゆで	30	豆腐の	木綿豆腐	50	塩たらこ	たらこ	5	鮭マヨ	さけ水煮缶詰	20	野菜卵	キャベツ ゆで	50
		キャベツ ゆで	50		油揚げ	5		人参 皮剥(ゆ)	10	かにあ	かにかま	10	こと湯	しそ	0.5	サラダ	大根 皮剥(ゆ)	50	とじ	人参 皮剥(ゆ)	5
		葱(ゆで)	10		人参 皮剥(ゆ)	8		菜種油	1	んかけ	さやえんどう(ゆ)	5	葉和え	和種なばな ゆ	20		しそ	0.5		鶏卵	25
		人参 皮剥(ゆ)	10		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		減塩しょうゆ(ゆ)	5		生姜(ゆで)	2		湯葉 干し	1		マヨネーズパツ	10		減塩しょうゆ(ゆ)	5
		菜種油	2		上白糖	1		上白糖	1		淡口醤油	1		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5					みりん風調味料	2.5
		減塩しょうゆ(ゆ)	5		煮干しだし	15		ひきわり納豆	20		鶏ガラスープ	0.2		切干大			切干し大根	5		煮干しだし	30
		上白糖	1		さやえんどう(ゆ)	3		挽きわり納豆	20		片栗粉	1		根梅肉			人参 皮剥(ゆ)	5			
		煮干しだし	15		卵豆腐	鶏卵	20		葱(ゆで)	2		野菜炒め煮		和え			生椎茸	5	二色浸し	もやし ゆで	40
	さつま芋煮	さつま芋(ゆで)	30		煮干しだし	40		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5	チンゲン菜の	チンゲンサイ	50		ピーマン(ゆで)	10		梅干し(調味漬)	3		ピーマン(ゆで)	10
		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		食塩	0.2	ゴマ和え	和種なばな ゆ	20	和え物	人参 皮剥(ゆ)	10		菜種油	1		上白糖	1		減塩しょうゆ(ゆ)	5
		上白糖	0.5		生姜	2		ごま	4		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5					削り節	0.5
		煮干しだし	5		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		減塩しょうゆ(ゆ)	5		上白糖	1		上白糖	1	のり佃煮	減塩あまのり佃煮	8			
		小葱(ゆで)	3		上白糖	1		上白糖	0.5	浅漬け	きゅうり(ゆで)	20		のり佃煮	8				胡瓜の酢物	きゅうり(ゆで)	50
		おかか	20		片栗粉	0.2	みそ汁	きょうな ゆで	10		食塩	0.1		煮			みそ汁			上白糖	3
	和え	チンゲンサイ	20		しそ	0.5		じゃが芋 ゆで	10	みそ汁	大根 皮剥(ゆ)	20		みそ汁	棒麩	1				食塩	0.3
		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		大根 葉(ゆで)	20		淡色辛みそ	10		大根 葉(ゆで)	10			カットわかめ	0.5				葱(ゆで)	5
		上白糖	0.5	みそ汁	ぶなしめじ(ゆ)	10		煮干しだし	150		淡色辛みそ	10			淡色辛みそ	10				淡色辛みそ	10
		削り節	0.3		煮干しだし	150	牛乳	牛乳	100		煮干しだし	150			煮干しだし	150			みそ汁	大根 皮剥(ゆ)	30
	みそ汁	もやし ゆで	20		煮干しだし	150				牛乳	牛乳	100			煮干しだし	150				貝割大根(ゆで)	5
		玉葱 ゆで	10		牛乳	100				牛乳	牛乳	100			煮干しだし	150				淡色辛みそ	10
		淡色辛みそ	10	漬物	なす(ゆで)	20				牛乳	牛乳	100			煮干しだし	150				煮干しだし	150
		煮干しだし	150		食塩	0.1														牛乳	牛乳
	牛乳	牛乳	100	果物	西洋なし(缶詰)	40															
		牛乳	100		牛乳	100															
昼	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	五目うどん	うどん ゆで	220	米飯	精白米	70	パン:	オレンジロール	80	米飯	精白米	70
	チキンピカタ	若鶏もも 皮なし	20	魚の竜田揚げ	さば・20g	20	煮魚	まこがれい・30	30		ほうれん草(ゆ)	20	回鍋肉	豚ばら	20	オレン			蒸し豚肉あんかけ	豚ももスライス	30
		食塩	0.1		減塩しょうゆ(ゆ)	5		生姜	3		さやえんどう(ゆ)	4		キャベツ ゆで	70	ジロー			生姜	2	
		白こしょう	0.01		合成清酒	2.5		減塩しょうゆ(ゆ)	10		葱(ゆで)	5		ピーマン(ゆで)	10	ル			玉葱 ゆで	30	
		薄力粉 1等	3		みりん風調味料	2.5		上白糖	2		かつお・昆布だ	150		ピーマン(ゆで)	10				乾椎茸(ゆで)	0.3	
		鶏卵	5		生姜	1		合成清酒	1.5		減塩しょうゆ(ゆ)	10		葱(ゆで)	15	和風豆	木綿豆腐	40		菜種油	1
		調合油	1		薄力粉 1等	3		みりん風調味料	1.5		みりん風調味料	2.5		菜種油	2	腐ハン	鶏ひき肉	30		減塩しょうゆ(ゆ)	5
		ケチャップ	5		菜種油	6		人参 皮剥(ゆ)	10	ポテト	じゃが芋 ゆで	50		減塩みそ	8	バーグ	玉葱 ゆで	40		上白糖	1
		ブロッコリー	20		サニーレタス	8		スナップえんど	10	コロケ	合挽肉	20		上白糖	1		鶏卵	3		なが芋(ゆで)	5
		サニーレタス(ゆ)	4		炒め物	キャベツ ゆで	20		お浸し	ほうれん草(ゆ)	30		トウバンジャン	1		和風豆	片栗粉	3		片栗粉	30
	野菜炒め	きょうな ゆで	30		玉葱 ゆで	20		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		白こしょう	0.01	南瓜の煮物	かぼちゃ(ゆで)	40		白こしょう	0.01		白こしょう	1
		ぶなしめじ	10		人参 皮剥(ゆ)	10		梅肉和え	20		薄力粉 1等	5		スナップえんど	10		菜種油	2		大根 皮剥(ゆ)	30
		黄ピーマン(ゆ)	5		ピーマン(ゆで)	8		しそ	0.3		鶏卵	3		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		大根 皮剥(ゆ)	30	桜ポテト	じゃが芋 ゆで	30
		菜種油	1		調合油	3		梅干し(調味漬)	2		パン粉(乾燥)	6		上白糖	0.5		しそ	1		食塩	0.1
		かき油	3		食塩	0.3		削り節	0.2		菜種油	10		煮干しだし	15		減塩正油パック	5		白こしょう	0.01
		合成清酒	1		白こしょう	0.01					ソースパック	5	ほうれん草の	ほうれん草(ゆ)	40	ポトフ	若鶏もも 皮なし	20		グリーンピース(ゆ)	5
					鶏ガラスープ	0.5							ん草の	ぶなしめじ	15		ベーコン	5			

献立表(週間)

透析 1

	2月15日(木)			2月16日(金)			2月17日(土)			2月18日(日)			2月19日(月)			2月20日(火)			2月21日(水)										
昼	お浸し	えのき茸	10	野菜サ ラダ	カリフラワー	30	はんぺ	はんぺん	20	ピーナ	白菜(ゆで)	60	あえ物	減塩しょうゆ(2.5	煮物	じゃが芋	ゆで	20	煮物	干しずいき	ゆ	2						
		白菜(ゆで)	40		きゅうり(ゆで)	15	マヨネーズ	10	ツ和え	ピーナッツパタ	5	焼きな		なす(ゆで)	40		マッシュルーム	5	えんどう		ゆで	3							
		減塩しょうゆ(2.5		トマト(ゆで)	30	焼き			減塩しょうゆ(2.5	上白糖		1	す		小葱(ゆで)	2	コンソメ		0.5	減塩しょうゆ(2.5	上白糖	0.5				
もずく 酢	もずく	50	里芋田 楽	カットわかめ	0.5	果物	もも缶(果肉)	40	果物	黄桃缶	40	果物	みかん缶詰(果	40	イタリ アンサ ラダ	トマト(ゆで)	20	湯豆腐	木綿豆腐	25									
	レモン(果汁)	2		いりごま	0.5		穀物酢	5		果物	みかん缶詰(果		40	アンサ		きゅうり(ゆで)	20		木綿豆腐	25									
	穀物酢	5		穀物酢	5		調合油	3		果物	みかん缶詰(果		40	ラダ		玉葱	ゆで		10	減塩正油パック	5								
果物	減塩しょうゆ(2.5	さやえんどう(3	減塩しょうゆ(2.5	白こしょう	0.01	白こしょう	0.01	オリーブ油	3	果物	りんご	缶詰	60	葱(ゆで)	2											
	上白糖	3	里芋	ゆで	20	減塩みそ	7	上白糖	3	果物	もも缶(果肉)	40	果物	りんご	缶詰	60	マージェン	液状	5										
	みかん缶詰(果	40	減塩みそ	7	上白糖	3	上白糖	3	果物	もも缶(果肉)	40	ジュース	きになる野菜(125	ジュース	きになる野菜(125												
夕	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	五目炊 き込み ご飯	精白米	70								
		魚南蛮 漬け	あじ・60g		60	豚の生		豚ロース(脂身	60		ミート	豚ひき肉		50	魚塩焼		そい	20g		20	えびフ	尾付きえび	20	揚げ魚	まだら・20g	20	若鶏もも	皮な	8
		薄力粉	1等		3	姜焼き		生姜	3		ローフ	パン粉(乾燥)		2	き		しそ(ゆで)	0.5		ライ	かぼちゃ(ゆで	20	チリソ	食塩	0.2	生椎茸	8		
そぼろ 煮	菜種油	8	煮物	減塩しょうゆ(5	牛乳	5	食塩	0.3	野菜サ	きょうな	ゆで	10	ライ	白こしょう	0.01	ース	白こしょう	0.01	ごぼう	ゆで	4							
	玉葱	ゆで		40	合成清酒	2.5	食塩	0.3	白こしょう	0.01	ラダ	キャベツ	ゆで	30	鶏卵	薄力粉	1等	3	油揚げ	1.6									
	人参	皮剥(ゆ		5	菜種油	1	玉葱	ゆで	30	野菜サ	きょうな	ゆで	10	パン粉(乾燥)	10	鶏卵	菜種油	2	減塩しょうゆ(4									
サラダ	ピーマン(ゆで	8	人参	皮剥(ゆ	5	人参	皮剥(ゆ	5	ラダ	キャベツ	ゆで	30	野菜サ	菜種油	6	ケチャップ	5	合成清酒	0.8										
	減塩しょうゆ(5	キャベツ	ゆで	20	グリーンピース(3	鶏卵	3	ラダ	ミニトマト(ゆ	15	野菜サ	トマト(ゆで)	15	ケチャップ	2.5	みりん風調味料	0.8										
	穀物酢	5	マヨネーズ	5	鶏卵	3	鶏卵	3	ラダ	マヨネーズパッ	10	野菜サ	サラダ菜(ゆで	5	野菜サ	減塩しょうゆ(2.5	グリーンピース(3										
ソテー	上白糖	2	煮物	なが芋	水煮	40	ケチャップ	5	団子の	鶏ひき肉	20	茶碗蒸	サラダ菜(ゆで	5	野菜サ	マヨネーズパッ	10	魚塩焼	さば・30g	30									
	とうがらし	乾		0.1	人参	皮剥(ゆ	15	人参	皮剥(ゆ	30	煮物	木綿豆腐	40	茶碗蒸	鶏卵	50	き	大根	皮剥(ゆ	40									
	鶏ひき肉	10		人参	皮剥(ゆ	15	無塩バター	1	煮物	木綿豆腐	40	茶碗蒸	煮干しだし	50	し	煮干しだし	50	鶏卵	しそ(ゆで)	0.5									
サラダ	じゃが芋	ゆで	30	減塩しょうゆ(5	上白糖	0.5	煮物	中力粉	2等	5	茶碗蒸	かつおだし	50	し	煮干しだし	50	鶏卵	減塩正油パック	5									
	さやいんげん(10	上白糖	1	ブロッコリー	20	マヨネーズ	10	煮物	脱脂粉乳	3	茶碗蒸	若鶏ささ身	10	し	かつおだし	50	鶏卵	トウバンジャン	0.5									
	煮干しだし	15	煮干しだし	15	マヨネーズ	10	マヨネーズ	10	煮物	大根	皮付(ゆ	20	茶碗蒸	ぎんなん	ゆで	3	し	ラー油	0.5										
ソテー	減塩しょうゆ(2.5	ブロッコリー	40	あちゃ	かぶ	皮剥(ゆ	30	団子の	人参	皮剥(ゆ	10	茶碗蒸	なると	8	し	葱(ゆで)	20	筑前煮	乾椎茸(ゆで)	0.5								
	上白糖	5	削り節	0.5	ら漬け	人参	皮剥(ゆ	5	煮物	減塩しょうゆ(2.5	茶碗蒸	糸みつば	ゆで	2	し	片栗粉	1	筑前煮	里芋	ゆで	20							
	キャベツ	ゆで	50	減塩しょうゆ(2.5	真昆布	0.3	煮物	煮干しだし	15	茶碗蒸	食塩	0.3	し	サニーレタス	5	し	人參	皮剥(ゆ	15									
ソテー	人參	皮剥(ゆ	5	中華風	緑豆春雨	5	かぶ	皮剥(ゆ	30	ゼリー	はちみつレモン	60	もやし	食塩	0.3	し	みりん風調味料	1	とびっ	菜種油	3								
	マヨネーズ	10	酢物	きくらげ(乾)	0.5	上白糖	3	ゼリー	上白糖	3	もやし	みりん風調味料	1	もやし	とびっ	こと野	とびっ	減塩しょうゆ(5										
	レモン(果汁)	1.5	酢物	たけのこ	水煮	15	穀物酢	5	ゼリー	穀物酢	5	もやし	みりん風調味料	1	もやし	こと野	菜の和	こと野	上白糖	1									
ソテー	白こしょう	0.01	酢物	人参	皮剥(ゆ	5	煮干しだし	1	ゼリー	煮干しだし	1	もやし	みりん風調味料	1	もやし	え物	菜の和	え物	減塩しょうゆ(2.5									
	玉葱	ゆで	40	中華風	人参	皮剥(ゆ	5	蒸し鶏	ささ身	10	もやし	みりん風調味料	1	もやし	小松菜	ゆで	10	卵とじ	上白糖	1									
	赤ピーマン(ゆ	5	酢物	人参	皮剥(ゆ	5	サラダ	トマト(ゆで)	20	蒸し鶏	トマト(ゆで)	20	もやし	人參	皮剥(ゆ	5	卵とじ	とびっこ	5	卵とじ	とびっこ	5							
ソテー	生椎茸	5	酢物	穀物酢	5	食塩	0.2	サラダ	海藻サラダ	1	もやし	人參	皮剥(ゆ	5	もやし	生姜	2	卵とじ	いりごま	0.5	卵とじ	いりごま	0.5						
	菜種油	3	酢物	食塩	0.2	上白糖	2	サラダ	海藻サラダ	1	もやし	生姜	2	もやし	いりごま	0.5	卵とじ	ごま油	2	卵とじ	ごま油	2							
	食塩	0.3	酢物	上白糖	2	ごま油	1	サラダ	ごま油	1	もやし	いりごま	0.5	もやし	ごま油	2	卵とじ	減塩しょうゆ(2.5	卵とじ	減塩しょうゆ(2.5							
ソテー	白こしょう	0.01	酢物	ごま油	1	穀物酢	5	サラダ	穀物酢	5	もやし	いりごま	0.5	もやし	減塩しょうゆ(2.5	もやし	上白糖	1	卵とじ	上白糖	1							
	白こしょう	0.01	酢物	ごま油	1	穀物酢	5	サラダ	穀物酢	5	もやし	いりごま	0.5	もやし	減塩しょうゆ(2.5	もやし	とびっこ	5	卵とじ	とびっこ	5							
	白こしょう	0.01	酢物	ごま油	1	穀物酢	5	サラダ	穀物酢	5	もやし	いりごま	0.5	もやし	減塩しょうゆ(2.5	もやし	食塩	0.2	卵とじ	食塩	0.2							

献立表(週間)

透析 1

		2月15日(木)		2月16日(金)		2月17日(土)		2月18日(日)		2月19日(月)		2月20日(火)		2月21日(水)							
夕							上白糖 1 白こしょう 0.01			お浸し	白菜(ゆで) 50 減塩しょうゆ(2.5 かつお・昆布だ 5		白こしょう 0.01 杏仁フ ルーツ 60								
						オニオ ンと舞 茸ソテ ー	玉葱 ゆで 20 まいたけ 5 菜種油 1 食塩 0.2 白こしょう 0.01														
栄養 価	1日計	1496 kcal	蛋白質 48.5 g	1日計	1497 kcal	蛋白質 48.7 g	1日計	1465 kcal	蛋白質 49.9 g	1日計	1553 kcal	蛋白質 48.9 g	1日計	1498 kcal	蛋白質 48.3 g	1日計	1496 kcal	蛋白質 48.6 g	1日計	1475 kcal	蛋白質 49.9 g
	脂質	37.0 g	炭水化 235.1 g	脂質	39.5 g	炭水化 226.3 g	脂質	39.6 g	炭水化 219.0 g	脂質	38.3 g	炭水化 245.0 g	脂質	40.8 g	炭水化 226.2 g	脂質	42.9 g	炭水化 220.5 g	脂質	38.3 g	炭水化 227.0 g
	塩分	4.8 g		塩分	5.4 g		塩分	5.8 g		塩分	5.4 g		塩分	5.4 g		塩分	5.6 g		塩分	5.6 g	

献立表(週間)

透析 1

	2月22日(木)			2月23日(金)			2月24日(土)			2月25日(日)			2月26日(月)			2月27日(火)			2月28日(水)											
朝	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70									
	小松菜の炒煮	小松菜 ゆで 赤ピーマン(ゆ 油揚げ 菜種油 減塩しょうゆ(2.5 上白糖	20 10 10 1 2.5 1	焼き魚	あじ・20g 食塩 しそ(ゆで)	40 0.2 1	切り干し大根 人参 皮剥(ゆ 菜種油 減塩しょうゆ(2.5 上白糖	3 10 1 2.5 1	豆腐の 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ 減塩しょうゆ(5 上白糖 合成清酒 みりん風調味料 片栗粉 小葱(ゆで)	25 30 5 5 1 1 1 1 1 2	野菜炒り卵 鶏卵 かつおだし キャベツ ゆで グリーンアスパ 人参 皮剥(ゆ 食塩	50 5 20 10 10 0.5	五目煮	さつま揚げ 大根 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ 乾椎茸 さやいんげん(10 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 煮干しだし	20 50 10 0.5 10 2.5 1 20	鮭甘塩 焼き 人参と 小松菜 のナム ル	20 1 20 5 7.5 1	秋鮭塩焼き(骨 しそ(ゆで)	20 1											
	茹で卵	鶏卵 塩パック0.3g	25 0.3		いんげんソテー	さやいんげん(20 人参 皮剥(ゆ 10 菜種油 1 食塩 0.3 白こしょう 0.01	蒸し豆腐 減塩正油パック	50 5	チンゲン菜の炒め煮	チンゲンサイ 玉葱 ゆで 赤ピーマン(ゆ 菜種油 減塩しょうゆ(5 上白糖	20 10 10 1 5 1	塩たらこ	たらこ しそ	5 1		減塩しょうゆ(2.5 穀物酢 上白糖 ごま油	2.5 2.5 2 0.5													
	みそ汁	玉葱 ゆで 大根 葉 淡色辛みそ 煮干しだし	20 20 10 150	カリフラワー のゴマ 醤油和え	ぶなしめじ(ゆ 10 カリフラワー 20 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 いりごま 0.5	サラダ トマト(ゆで) 黄ピーマン(ゆ 赤ピーマン(ゆ 穀物酢 オリーブ油 食塩 白こしょう	30 5 5 5 3 0.2 0.01	きゅうり 梅干し(調味漬 みりん風調味料 上白糖	30 2 0.5 0.2	梅和え	梅干し(調味漬 みりん風調味料 白菜(ゆで)	2 2.5 40	みそ汁	キャベツ ゆで ほうれん草(ゆ 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	みそ汁	木綿豆腐 カットわかめ 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 0.5 2 10 150	貝割大根・芽 いわのり 淡色辛みそ 煮干しだし	5 2 10 150										
	味付けのり	味付けのり	1	みそ汁	小松菜 ゆで 棒麩	20 2	みそ汁	玉葱 ゆで もやし ゆで 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 2 10 150	みそ汁	さやえんどう(5 ぶなしめじ 10 白菜(ゆで) 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	5 10 20 10 150	みそ汁	キャベツ ゆで ほうれん草(ゆ 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	みそ汁	木綿豆腐 カットわかめ 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 0.5 2 10 150	貝割大根・芽 いわのり 淡色辛みそ 煮干しだし	5 2 10 150										
	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100						
昼	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5
	ザンギ	若鶏もも 皮なし 生姜 減塩しょうゆ(5 合成清酒 1 薄力粉 1等 6 調合油 6 サニーレタス 5 レモン 10	30 3 5 1 6 6 5 10	三平汁	まだら・20g 木綿豆腐 じゃが芋 ゆで 大根 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ 小松菜 ゆで 葱(ゆで) 生姜 食塩 合成清酒 昆布だし	20 25 25 20 10 10 5 0.5 1 2.5 150	焼き魚	さけ・30g 食塩 大根 皮剥(ゆ しそ(ゆで) 減塩しょうゆ(2.5 炒煮 じゃが芋 ゆで 人参 皮剥(ゆ 菜種油 減塩しょうゆ(5 上白糖	30 0.15 40 0.5 2.5 30 10 1 5 1	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5	そば	そば ゆで かつおだし 昆布だし 減塩しょうゆ(7.5 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25 上白糖 0.5 葱(ゆで)	180 75 75 7.5 1.25 1.25 0.5 5						
	大根なます	大根 皮剥(ゆ はつかだいこん きゅうり(ゆで 穀物酢 上白糖 食塩	40 5 10 5 3 0.3	味噌炒め	焼き竹輪 キャベツ ゆで もやし ゆで 人参 皮剥(ゆ 減塩みそ 無塩バター	10 15 20 5 3 1	野菜ス ティツク	きゅうり(ゆで 30 大根 皮剥(ゆ 30 マヨネーズ 5	天ぷら	尾付きえび さつま芋(ゆで 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ 薄力粉 1等 鶏卵 菜種油 減塩正油パック	20 20 30 5 15 5 15 5	けんちん煮	木綿豆腐 大根 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ 減塩しょうゆ(5 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	10 20 10 5 1 2.5 15	酢の物	かぶ 皮剥(ゆ きゅうり(ゆで 人参 皮剥(ゆ 穀物酢	30 10 5 5	フレンチサラダ	きょうな ゆで 黄ピーマン(ゆ トマト(ゆで) 鶏卵	20 5 10 12.5	サラダ	レタス(ゆで) きゅうり(ゆで はつかだいこん 穀物酢 調合油	10 20 5 5 3							

献立表(週間)

透析 1

	2月22日(木)		2月23日(金)		2月24日(土)		2月25日(日)		2月26日(月)		2月27日(火)		2月28日(水)		
昼	パセリ(粉)	0.1	りの和え物	はんぺん 10 減塩しょうゆ(2.5)	減塩しょうゆ(2.5)	1 上白糖	1 片栗粉	1 上白糖	1 上白糖	1 上白糖	3 食塩 0.2	マヨネーズパツ	10	食塩 0.2 白こしょう 0.01	
味噌浸し	カットわかめ	0.5	果物盛	黄桃缶 40 もも缶(果肉) 40	果物	りんご 缶詰 40	小松菜 ゆで 50 ごま 1	1 小葱(ゆで)	1 温野菜	20 スナップえんど	30 カリフラワー	果物	りんご 缶詰 40	煮物	西洋かぼちゃ(20 スナップえんど 10 生椎茸 5 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15
果物	みかん缶詰(果)	40	デザー ト	エネブリンマン 40	果物	りんご 缶詰 40	ゴマ和え	2.5 上白糖 0.5	1 マヨネーズ	5 マヨネーズ	5 マヨネーズ	ジュース	125 カロリーミック	チンゲンサイのソテー	玉葱 ゆで 10 チンゲンサイ 10 菜種油 1 食塩 0.2 白こしょう 0.01
夕	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70
照焼魚	ぶり・40g	40	鶏肉の生姜煮	若鶏もも 皮なし 40 じゃが芋 ゆで 25 さやえんどう(10 生姜 5 減塩しょうゆ(5 みりん風調味料 5 ごま油 4	鶏つくね揚げ あんかけ	鶏ひき肉 30 玉葱 ゆで 20 生椎茸 ゆで 3 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 3 菜種油 5 人参 皮剥(ゆ 20 生椎茸 ゆで 10 減塩しょうゆ(7.5 合成清酒 2.5 みりん風調味料 2.5 片栗粉 1 生姜 1	マヨネーズ焼き	ささ身 20 食塩 0.1 黒こしょう 0 マヨネーズ 5 パセリ(粉) 0.1 サニーレタス 5	メンチカツ	合挽肉 40 玉葱 ゆで 40 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 1 牛乳 3 食塩 0.2 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 3 鶏卵 3	鶏の西京焼	若鶏もも 皮なし 30 減塩みそ 5 みりん風調味料 2.5 上白糖 0.5 大根 皮剥(ゆ 40 しそ(ゆで) 0.5	おろし煮	まだら・50g 50 片栗粉 2 菜種油 6 生姜 3 減塩しょうゆ(7.5 上白糖 2 合成清酒 2.5 大根 皮剥(ゆ 50	
きんぴらごぼう	ごぼう ゆで	40	サラダ	レタス(ゆで) 30 きゅうり(ゆで) 20 トマト(ゆで) 20 ノンオイルザンパッ 10	ほうれん草の煮物	大根 皮剥(ゆ 30 人参 皮剥(ゆ 10 さやいんげん(10 菜種油 2 減塩しょうゆ(2.5 合成清酒 1 煮干しだし 15 鶏卵 25	大根の煮物	大根 皮剥(ゆ 30 人参 皮剥(ゆ 10 さやいんげん(10 菜種油 2 減塩しょうゆ(2.5 合成清酒 1 煮干しだし 15 鶏卵 25	リヤンパン	緑豆春雨 5 もやし ゆで 15 しそ 1 穀物酢 2.5 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 1 ごま油 0.5 いりごま 1	きのこの和え物	生椎茸 10 えのき茸 10 ぶなしめじ 10 エリンギ 10 減塩しょうゆ(2.5 みりん風調味料 1	麻婆豆腐	木綿豆腐 50 鶏ひき肉 10 玉葱 ゆで 10 葱 10 菜種油 3 にんにく 0.5 生姜 5 減塩しょうゆ(2.5 減塩みそ 2 上白糖 1	
マカロニサラダ	マカロニ 乾	4	デザー ト	エネブリンいち 40	煮浸し	きょうな ゆで 50 減塩しょうゆ(2.5 みりん風調味料 2.5	白和え	2.5 上白糖 3 板こんにゃく 20 減塩しょうゆ(5 みりん風調味料 1 ほうれん草(ゆ 10 人参 皮剥(ゆ 5	リヤンパン	2.5 上白糖 3 板こんにゃく 20 減塩しょうゆ(5 みりん風調味料 1 ほうれん草(ゆ 10 人参 皮剥(ゆ 5	ソテー	小松菜 ゆで 30 人参 皮剥(ゆ 10 菜種油 1 食塩 0.2	とうがらし 乾	0.2	
絹さやとえのき茸のソテー	さやえんどう	20										南瓜のサラダ	西洋かぼちゃ(30 きゅうり(ゆで 15 玉葱 ゆで 10 マヨネーズ 10	ポテトサラダ	じゃが芋 ゆで 20 きゅうり(ゆで 15 人参 皮剥(ゆ 5 マヨネーズ 12 粒入りマスター 1 白こしょう 0.01

献立表(週間)

透析 1

		2月22日(木)		2月23日(金)		2月24日(土)		2月25日(日)		2月26日(月)		2月27日(火)		2月28日(水)	
夕										ソテー	玉葱 ゆで 20 貝割大根・芽 5 菜種油 1 食塩 0.2 白こしょう 0.01			煮物	ぶなしめじ(ゆ 30 切りみつば ゆ 2 減塩しょうゆ(5 昆布だし 15 かつおだし 15
栄養価	1517 kcal	蛋白質 48.9 g	1495 kcal	蛋白質 48.1 g	1429 kcal	蛋白質 45.6 g	1464 kcal	蛋白質 48.2 g	1556 kcal	蛋白質 49.5 g	1483 kcal	蛋白質 49.7 g	1480 kcal	蛋白質 49.9 g	
	脂質 42.5 g	炭水化 226.9 g	脂質 38.3 g	炭水化 230.2 g	脂質 38.0 g	炭水化 217.9 g	脂質 35.9 g	炭水化 231.6 g	脂質 42.3 g	炭水化 234.1 g	脂質 38.9 g	炭水化 227.9 g	脂質 40.6 g	炭水化 220.0 g	
	塩分 5.5 g		塩分 5.6 g		塩分 5.0 g		塩分 5.4 g		塩分 5.4 g		塩分 5.5 g		塩分 5.3 g		