

献立表(週間)

透析 1

	3月1日(木)			3月2日(金)			3月3日(土)			3月4日(日)			3月5日(月)			3月6日(火)			3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			
	きんぴら	ごぼう ゆで 人参 皮剥(ゆ) ごま油 減塩しょうゆ() 上白糖 いりごま	40 10 1 2.5 1 1	野菜ソテー	キャベツ ゆで 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ) 菜種油 食塩 白こしょう	50 10 10 1 0.3 0.01	野菜卵炒め	鶏卵 ほうれん草(ゆ) 玉葱 ゆで 菜種油 食塩 白こしょう	25 20 20 1 0.3 0.01	豆腐	木綿豆腐 鶏ひき肉 ごま油 減塩しょうゆ() 上白糖 合成清酒 さやいんげん()	25 10 1 2.5 1 1 10	焼き生揚げ	生揚げ 白こしょう 菜種油 ブロッコリー 減塩正油パック	35 0.01 1 20 5	白菜の軟らか煮	白菜(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) えんどう ゆで 減塩しょうゆ() 上白糖 煮干しだし	100 10 6 2.5 1 30	おからの炒り煮	おから(新製法) 焼き竹輪 ひじき 乾椎茸 人参 皮剥(ゆ) 葱(ゆで) 調合油	20 8 0.5 0.5 5 5 2			
	卵焼き	鶏卵 食塩 上白糖 菜種油 パセリ	50 0.2 0.1 1 1	鶏肉照焼き	若鶏もも 皮な 減塩しょうゆ() 上白糖 上白糖 ブロッコリー マヨネーズパッ	20 2.5 1.5 1 30 10	五目ひじき	ひじき 人参 皮剥(ゆ) 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖 煮干しだし	3 10 1 5 1 10	炒煮	もやし ゆで さつま揚げ ピーマン(ゆで) 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖	40 10 5 1 2.5 1	炒煮	焼き竹輪 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖	10 1 2.5 1	温泉卵	温泉卵 温泉卵のたれ 切り干し大根 人参 皮剥(ゆ) の和え物	50 4 3 5 0.3	野菜ピリ辛炒め	キャベツ ゆで ピーマン(ゆで) 黄ピーマン(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) ごま油 減塩しょうゆ() 合成清酒 みりん風調味料 とうがらし 乾	30 10 5 5 1 2.5 1 1 0.5			
	野菜サラダ	きょうな ゆで 玉葱 ゆで 黄ピーマン 穀物酢 上白糖 調合油 食塩 黒こしょう カリフラワー	20 10 5 5 0.5 3 0.2 0.01 30	みそ汁	小松菜 ゆで もやし ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし なす(ゆで) 食塩 しそ	20 20 10 150 20 0.2 0.2	佃煮	減塩あまのり佃煮 キャベツ ゆで ぶなしめじ 葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	8 30 10 10 150	白菜の生姜醤油	白菜(ゆで) 生姜 減塩しょうゆ()	60 3 2.5	漬物	なす しば漬	10	みそ汁	もやし ゆで 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 2 10 150	みそ汁	大根 葉 大根 皮剥(ゆ) 淡色辛みそ 煮干しだし なす(ゆで) 刻み昆布 食塩	20 10 10 150 15 0.1 0.1			
	みそ汁	キャベツ ゆで 棒麩 淡色辛みそ 煮干しだし	30 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	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	ちらし寿司	精白米 穀物酢 上白糖 食塩 真昆布 乾椎茸(ゆで) かんぴょう ゆ 人参 皮剥(ゆ) 煮干しだし 上白糖 減塩しょうゆ() みりん風調味料	75 12.5 5.5 0.1 0.8 1 3 10 10 2 5 2.5	ソース焼きそば	蒸し中華めん 豚ももスライス キャベツ ゆで 人参 皮剥(ゆ) 玉葱 ゆで ピーマン(ゆで) 菜種油 食塩 白こしょう かき油 中濃ソース	140 30 30 15 20 10 5 0.3 0.01 3 5	揚げ魚	まだら・40g 片栗粉 菜種油 生姜(ゆで) ぶなしめじ(ゆ) 貝割大根(ゆで) 減塩しょうゆ() 上白糖 片栗粉 煮干しだし	40 4 6 3 20 10 5 1 1 30	パン	南瓜パン60g マカロニ 乾 ニグラ タン マッシュルーム 無塩バター 薄力粉 1等 牛乳 1000ml 食塩 パン粉(乾燥) パルメザンチー パセリ(粉)	60 10 10 20 10 3 8 80 0.2 0.5 0.5 0.2	米飯	精白米	70	焼き魚	そい 40g 食塩 白こしょう 生椎茸 人参 皮剥(ゆ) えんどう ゆで 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖 みりん風調味料 合成清酒	40 0.2 0.01 10 5 1 5 1 2.5 2.5
	ハヤシライス	豚ももスライス 玉葱 ゆで マッシュルーム 菜種油 ハヤシルウ ウスターソース ケチャップ 白こしょう グリーンピース	40 50 20 3 9 2.5 2.5 0.01 5	魚の生姜焼き	さわら・20g 食塩 減塩しょうゆ() 合成清酒 生姜 サニーレタス() 小松菜 ゆで 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖	20 0.1 5 5 3 3 50 1 5 1	ちらし寿司	精白米 穀物酢 上白糖 食塩 真昆布 乾椎茸(ゆで) かんぴょう ゆ 人参 皮剥(ゆ) 煮干しだし 上白糖 減塩しょうゆ() みりん風調味料	75 12.5 5.5 0.1 0.8 1 3 10 10 2 5 2.5	ソース焼きそば	蒸し中華めん 豚ももスライス キャベツ ゆで 人参 皮剥(ゆ) 玉葱 ゆで ピーマン(ゆで) 菜種油 食塩 白こしょう かき油 中濃ソース	140 30 30 15 20 10 5 0.3 0.01 3 5	揚げ魚	まだら・40g 片栗粉 菜種油 生姜(ゆで) ぶなしめじ(ゆ) 貝割大根(ゆで) 減塩しょうゆ() 上白糖 片栗粉 煮干しだし	40 4 6 3 20 10 5 1 1 30	パン	南瓜パン60g マカロニ 乾 ニグラ タン マッシュルーム 無塩バター 薄力粉 1等 牛乳 1000ml 食塩 パン粉(乾燥) パルメザンチー パセリ(粉)	60 10 10 20 10 3 8 80 0.2 0.5 0.5 0.2	米飯	精白米	70	焼き魚	そい 40g 食塩 白こしょう 生椎茸 人参 皮剥(ゆ) えんどう ゆで 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖 みりん風調味料 合成清酒	40 0.2 0.01 10 5 1 5 1 2.5 2.5
	グリーンサラダ	レタス(ゆで) ブロッコリー トマト(ゆで)	20 20 15	冷奴	木綿豆腐	25	ちらし寿司	精白米 穀物酢 上白糖	75 12.5 5.5	ソース焼きそば	蒸し中華めん 豚ももスライス キャベツ ゆで 人参 皮剥(ゆ) 玉葱 ゆで ピーマン(ゆで) 菜種油 食塩 白こしょう かき油 中濃ソース	140 30 30 15 20 10 5 0.3 0.01 3 5	揚げ魚	まだら・40g 片栗粉 菜種油 生姜(ゆで) ぶなしめじ(ゆ) 貝割大根(ゆで) 減塩しょうゆ() 上白糖 片栗粉 煮干しだし	40 4 6 3 20 10 5 1 1 30	パン	南瓜パン60g マカロニ 乾 ニグラ タン マッシュルーム 無塩バター 薄力粉 1等 牛乳 1000ml 食塩 パン粉(乾燥) パルメザンチー パセリ(粉)	60 10 10 20 10 3 8 80 0.2 0.5 0.5 0.2	米飯	精白米	70	焼き魚	そい 40g 食塩 白こしょう 生椎茸 人参 皮剥(ゆ) えんどう ゆで 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖 みりん風調味料 合成清酒	40 0.2 0.01 10 5 1 5 1 2.5 2.5
	グリーンサラダ	レタス(ゆで) ブロッコリー トマト(ゆで)	20 20 15	冷奴	木綿豆腐	25	ちらし寿司	精白米 穀物酢 上白糖	75 12.5 5.5	ソース焼きそば	蒸し中華めん 豚ももスライス キャベツ ゆで 人参 皮剥(ゆ) 玉葱 ゆで ピーマン(ゆで) 菜種油 食塩 白こしょう かき油 中濃ソース	140 30 30 15 20 10 5 0.3 0.01 3 5	揚げ魚	まだら・40g 片栗粉 菜種油 生姜(ゆで) ぶなしめじ(ゆ) 貝割大根(ゆで) 減塩しょうゆ() 上白糖 片栗粉 煮干しだし	40 4 6 3 20 10 5 1 1 30	パン	南瓜パン60g マカロニ 乾 ニグラ タン マッシュルーム 無塩バター 薄力粉 1等 牛乳 1000ml 食塩 パン粉(乾燥) パルメザンチー パセリ(粉)	60 10 10 20 10 3 8 80 0.2 0.5 0.5 0.2	米飯	精白米	70	焼き魚	そい 40g 食塩 白こしょう 生椎茸 人参 皮剥(ゆ) えんどう ゆで 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖 みりん風調味料 合成清酒	40 0.2 0.01 10 5 1 5 1 2.5 2.5

献立表(週間)

透析 1

	3月1日(木)		3月2日(金)		3月3日(土)		3月4日(日)		3月5日(月)		3月6日(火)		3月7日(水)					
昼	春雨の 中華風 ソテー	マヨネーズパック 10 緑豆春雨 5 玉葱 ゆで 40 にら 葉・ゆで 10 ごま油 1 食塩 0.2 白こしょう 0.01 中華味 0.3	果物	かつお節 0.5 小葱(ゆで) 1 減塩正油パック 5 西洋なし(缶詰) 40	鶏の照 り焼き	食塩 0.1 食用色素(紅) 0.01 鶏卵 10 菜種油 1 焼きのり 0.5 若鶏もも 皮な 30 減塩しょうゆ(2.5 みりん風調味料 2.5 菜種油 1 ミニトマト(皮 15	果物	白こしょう 0.01 サニーレタス 8 カットわかめ 0.5 緑豆春雨 2 葱(ゆで) 5 穀物酢 5 食塩 0.2 上白糖 1 ごま油 2	長いも の酢の 物	鶏卵 25 人参 皮剥(ゆ 15 菜種油 3 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15 なが芋 水煮 30 きゅうり(ゆで 10 穀物酢 5 上白糖 3 食塩 0.2	野菜サ ラダ	きゅうり(ゆで 20 きょうな ゆで 10 トマト(ゆで) 20 減塩しょうゆ(2.5 穀物酢 5 調合油 3 白こしょう 0.01	野菜サ ラダ	イカの 酢みそ 和え 減塩みそ 8 上白糖 5 穀物酢 5 ブロッコリー 20 人参 皮剥(ゆ 5 マヨネーズ 15 卵豆腐 20 煮干しだし 20 食塩 0.2 小葱(ゆで) 2				
果物	みかん缶詰(果 40		土佐煮	たけのこ 水煮 60 減塩しょうゆ(2.5 かつおだし 2.5 かつお節 0.5 さやえんどう(4	菜の花 わさび マヨ	和種なばな ゆ 40 焼き竹輪 10 マヨネーズ 5 粉わさび 0.5	果物	もも缶(果肉) 40	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	ソテー	小松菜 ゆで 30 人参 皮剥(ゆ 10 菜種油 1 食塩 0.3 白こしょう 0.01	果物	もも缶(果肉) 40 クリーム(植物 15 マービー 液状 3	果物	みかん缶詰(果 40	果物	パイナップル 40
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		
焼き魚	あかうお・30g 30 食塩 0.2 大根 皮剥(ゆ 40 しそ 1 減塩正油パック 5	豚カツ	豚角肉(肩ロー 40 食塩 0.2 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 4 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 5 菜種油 6 パセリ 1.5 ブロッコリー 20 ソースパック 5	魚のお ろしあ ん	まだら・40g 40 食塩 0.2 白こしょう 0.01 合成清酒 1 薄力粉 1等 2 ごま油 2 大根 皮剥(ゆ 50 小松菜 ゆで 10 人参 皮剥(ゆ 10 葱(ゆで) 5 生姜 1 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 合成清酒 1 片栗粉 1	魚フラ イ	まだら・20g 20 食塩 0.1 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 2 鶏卵 5 パン粉(乾燥) 5 菜種油 6 ブロッコリー 30 ミニトマト(ゆ 15 ソースパック 5	鶏肉ケ チャッ プ煮	若鶏もも 皮な 20 玉葱 ゆで 20 人参 皮剥(ゆ 10 食塩 0.2 ケチャップ 10 ウスターソース 2.5 クリーム(植物 5 グリーンアスパ 15 黄ピーマン(ゆ 10	魚フラ イ	ほっけ・30g 30 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 5 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 4 菜種油 4 サラダ菜(ゆで 6 ソースパック 5	おかか 煮	ふき ゆで 40 減塩しょうゆ(5 上白糖 0.5 煮干しだし 15 削り節 0.5	炊き合 わせ	揚げ鶏 30 ネギソ ース 合成清酒 2.5 鶏卵 3 薄力粉 1等 5 菜種油 4 いりごま 1 葱(ゆで) 10 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 合成清酒 3 ごま油 1 さやいんげん(20			
ホタテ のオイ スター ソース	ベビーホタテ 20 玉葱 ゆで 30 人参 皮剥(ゆ 10 ぶなしめじ 15 ピーマン(ゆで 5 ごま油 1 かき油 5 白こしょう 0.01	野菜サ ラダ	キャベツ ゆで 20 トマト(ゆで) 20 鶏卵 25 マヨネーズ 5	かにあ んかけ	かぶ 皮剥(ゆ 50 人参 皮剥(ゆ 15 かにかま 5 グリーンピース(3 食塩 0.2	かにあ んかけ	かぶ 皮剥(ゆ 50 人参 皮剥(ゆ 15 かにかま 5 グリーンピース(3 食塩 0.2	酢ばす	れんこん ゆで 30 赤ピーマン(ゆ 10 食塩 0.2 上白糖 3 穀物酢 5	温野菜 サラダ	スナックえんど 30 人参 皮剥(ゆ 8	チンゲ ン菜ゴ マ和え	チンゲンサイ 50 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5	大根 皮剥(ゆ 20 人参 皮剥(ゆ 15 減塩しょうゆ(5 上白糖 1				
きんと ん	さつま芋(ゆで 50 無塩バター 3 上白糖 3	煮物	里芋 ゆで 40 生椎茸 ゆで 10	スパゲ	スパゲティ 乾 6	スパゲ	スパゲティ 乾 6	スパゲ	片栗粉 1	温野菜 サラダ	スナックえんど 30 人参 皮剥(ゆ 8	チンゲ ン菜ゴ マ和え	チンゲンサイ 50 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5	大根 皮剥(ゆ 20 人参 皮剥(ゆ 15 減塩しょうゆ(5 上白糖 1				

献立表(週間)

透析 1

	3月1日(木)		3月2日(金)		3月3日(土)		3月4日(日)		3月5日(月)		3月6日(火)		3月7日(水)			
夕	ゼリー	青りんごゼリー 60	人参 皮剥(ゆ)	10	ッティ	きゅうり(ゆで)	20	めかぶ	めかぶわかめ	30	ゴマド	カリフラワー	20		煮干しだし	15
			濃口醤油	5	サラダ	マヨネーズ	10	の和え	減塩しょうゆ(2.5	レッシ	マヨネーズ	15			
			上白糖	1				物	上白糖	0.5	ング	上白糖	1	酢みそ	むきあさり	10
			煮干しだし	15	カリフ	カリフラワー	40		みりん風調味料	2.5		いりごま	1	添え	カットわかめ	0.5
			えんどう ゆで	5	ラワー	人参 皮剥(ゆ)	10				ソテー	ほうれん草(ゆ)	10		葱(ゆで)	40
					甘酢漬	淡口醤油	0.5					玉葱 ゆで	20		穀物酢	2.5
			大根の味噌煮	60	け	穀物酢	5	卵とじ	鶏卵	25		ホールカーネル	10		減塩みそ	3
						上白糖	3		キャベツ ゆで	40		菜種油	1		上白糖	3
						ゆず(果皮)	1		小葱(ゆで)	2		食塩	0.2			
									菜種油	1		白こしょう	0.01			
									食塩	0.2						
									白こしょう	0.01						
														とろろ	かつとろろ昆布	1
														和え	きゅうり(ゆで)	20
															減塩しょうゆ(2.5
															穀物酢	2.5
栄養価	1587 kcal	蛋白質 49.6 g	1469 kcal	蛋白質 48.8 g	1518 kcal	蛋白質 48.5 g	1475 kcal	蛋白質 48.3 g	1510 kcal	蛋白質 48.1 g	1403 kcal	蛋白質 48.0 g	1503 kcal	蛋白質 46.9 g		
	脂質 39.5 g	炭水化 252.8 g	脂質 40.3 g	炭水化 219.9 g	脂質 39.3 g	炭水化 237.2 g	脂質 40.3 g	炭水化 223.2 g	脂質 41.0 g	炭水化 232.0 g	脂質 40.0 g	炭水化 205.5 g	脂質 40.6 g	炭水化 228.8 g		
	塩分 5.9 g		塩分 5.5 g		塩分 5.4 g		塩分 5.8 g		塩分 5.6 g		塩分 5.5 g		塩分 5.9 g			

献立表(週間)

透析 1

	3月8日(木)			3月9日(金)			3月10日(土)			3月11日(日)			3月12日(月)			3月13日(火)			3月14日(水)		
昼	長芋の オスター 炒め	なが芋(ゆで) 大根 葉(ゆで) 無塩バター 合成清酒 かき油 食塩	30 5 1.5 1 1 0.1	ソテー	緑豆春雨 ピーマン(ゆで) ホールカーネル 菜種油 食塩 白こしょう	5 10 10 1 0.2 0.01	二色浸 し	白菜(ゆで) 小松菜 ゆで 減塩しょうゆ(ゆで) みりん風調味料	30 30 5 1	芋マッ シュ	じゃが芋 ゆで 食塩 無塩バター 牛乳 白こしょう パセリ	10 50 0.2 3 5 0.01 0.5	マヨネーズ	食塩 白こしょう	0.2 0.01	野菜ジ ユース	きになる野菜(ゆで) もも缶(果肉)	125 40	果物	みかん缶詰(果) 薄力粉 1等 鶏卵 上白糖 有塩バター ベーキングパウ ミルクココア	40 12 5 10 6 0.1 1
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
	えびと 野菜の フリッ ター	尾なしえび ブロッコリー 食塩 薄力粉 1等 片栗粉 鶏卵 菜種油 サニーレタス(ゆで) ケチャップパツ	20 30 0.2 8 2 10 10 5 8	煮魚	まごがれい・40 生姜 減塩しょうゆ(ゆで) 上白糖 合成清酒 人参 皮剥(ゆで) 小松菜 ゆで	40 2 7.5 1.5 2.5 15 20	カツ卵 とじ	豚角肉(肩ロー) 白こしょう 薄力粉 1等 鶏卵 パン粉(乾燥) 菜種油 玉葱 ゆで 生椎茸 ゆで 減塩しょうゆ(ゆで) 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし 鶏卵 グリーンピース(ゆで)	30 0.01 1.5 1.5 2.5 4 40 10 7.5 1 2.5 30 25 3	すき焼 き	豚ももスライス 焼き豆腐 白菜(ゆで) 葱(ゆで) しらたき 人参 皮剥(ゆで) 生椎茸 菜種油 減塩しょうゆ(ゆで) 上白糖 みりん風調味料 合成清酒	20 15 60 15 3 8 10 5 10 2 2.5 2.5	魚西京 焼	そい 20g 減塩みそ 上白糖 みりん風調味料 大根 皮剥(ゆで) しそ(ゆで) 減塩正油パック	20 1.7 0.2 0.8 40 0.5 5	照焼魚	すずき・40g 減塩しょうゆ(ゆで) 上白糖 みりん風調味料 合成清酒 大根 皮剥(ゆで) しそ(ゆで) 減塩正油パック	40 2.5 0.5 1.3 0.5 40 1 5	鶏肉の 塩麴焼 き	若鶏もも 皮なし 塩こうじ 葱(ゆで) 生姜 合成清酒 サラダ菜(ゆで) トマト(皮なし)	40 5 5 0.5 0.5 5 15
	南瓜の コンソ メ煮	かぼちゃ(ゆで) 玉葱 ゆで コンソメ 食塩	30 20 0.5 0.2	筍の酢 味噌か け	たけのこ ゆで カットわかめ 減塩みそ 上白糖 穀物酢	30 0.5 5 3 5	野菜サ ラダ	きゅうり(ゆで) 大根 皮剥(ゆで) セロリー(ゆで) 赤ピーマン(ゆで) マヨネーズ	20 20 10 3 15	里芋田 楽	里芋 ゆで さやえんどう(ゆで) 減塩みそ 上白糖 みりん風調味料	40 6 6 1 2.5	長芋の 酢の物	なが芋 水煮 きゅうり(ゆで) 上白糖 穀物酢 減塩しょうゆ(ゆで)	40 10 3 5 2.5	もやし のナム ル	もやし ゆで きゅうり(ゆで) 人参 皮剥(ゆで) ごま油 食塩 いりごま	30 5 5 1 0.2 0.3	ジャー マンポ テト	じゃが芋 ゆで ベーコン 玉葱 ゆで 無塩バター 食塩 白こしょう パセリ	40 10 20 2 0.1 0.01 0.5
	ピーナ ツ和え	キャベツ ゆで ピーマン(ゆで) ピーナッツパタ 減塩しょうゆ(ゆで) 上白糖	30 5 5 2.5 0.5	煮物	じゃが芋 ゆで 玉葱 ゆで 減塩しょうゆ(ゆで) 上白糖 煮干しだし	30 20 2.5 0.5 20	胡瓜の 辛し和 え	きゅうり(ゆで) はつかだいこん トマト(ゆで) マヨネーズ	25 5 20 10	茶碗蒸 し	くり 甘露煮 なると 乾椎茸 食塩 かつお・昆布だ 鶏卵 合成清酒 みりん風調味料	6 10 0.3 0.2 100 50 1 1	豆腐生 乾椎茸 かけ	木綿豆腐 生姜 生椎茸 かつお・昆布だ 減塩しょうゆ(ゆで) 片栗粉	25 0.5 5 15 5 1	酢の物	カットわかめ 玉葱 ゆで 葱(ゆで) 穀物酢 減塩しょうゆ(ゆで) 上白糖	0.5 20 5 5 2.5 3			
	デザー ト	粉飴ムス(ラ・フラン)	58	煮物	西洋かぼちゃ(ゆで) 減塩しょうゆ(ゆで) 上白糖 煮干しだし	50 2.5 1 10	かあえ	西洋かぼちゃ(ゆで) 減塩しょうゆ(ゆで) 上白糖 煮干しだし	50 2.5 1 10	のわか えんどう 削り節 減塩しょうゆ(ゆで)	4 0.5 0.5 2.5	みりん風調味料	1	みりん風調味料	1	みりん風調味料	1	みりん風調味料	1	みりん風調味料	1
栄養価	1532 kcal 蛋白質 47.9 g 脂質 38.6 g 炭水化 241.7 g 塩分 5.1 g	1456 kcal 蛋白質 46.6 g 脂質 35.4 g 炭水化 228.5 g 塩分 5.8 g	1516 kcal 蛋白質 48.5 g 脂質 38.8 g 炭水化 235.9 g 塩分 5.0 g	1522 kcal 蛋白質 47.9 g 脂質 38.8 g 炭水化 239.7 g 塩分 4.9 g	1474 kcal 蛋白質 49.0 g 脂質 35.8 g 炭水化 232.5 g 塩分 5.3 g	1446 kcal 蛋白質 48.1 g 脂質 39.2 g 炭水化 217.8 g 塩分 5.0 g	1568 kcal 蛋白質 49.6 g 脂質 41.3 g 炭水化 242.4 g 塩分 5.5 g														

献立表(週間)

透析 1

	3月15日(木)		3月16日(金)		3月17日(土)		3月18日(日)		3月19日(月)		3月20日(火)		3月21日(水)						
昼	チンゲン菜のお浸し	食塩 0.2	キャベツサラダ	キャベツ ゆで 20	果物	合成清酒 5	いもようかん	煮干しだし 15	お浸し	減塩しょうゆ (5	煮物	コーン 20	煮物	減塩みそ 8					
		白こしょう 0.01		きゅうり (ゆで 5		食塩 0.1		さつま芋 (ゆで 30		上白糖 15		ポター 15		上白糖 2					
		チンゲンサイ 50		人参 皮剥 (ゆ 3		小葱 3		上白糖 10		ジュ 3.5		凍り豆腐 4							
	筍の煮物	減塩しょうゆ (2.5	マヨネーズ 8	りんご 缶詰 40	寒天 1	白菜 (ゆで) 30	牛乳 50	減塩しょうゆ (2.5	凍り豆腐 4										
		煮干しだし 2.5	ケチャップ 2	クリーム (植物 20	みかん缶詰 (果 40	減塩しょうゆ (2.5	コンソメ 0.25	上白糖 1	かつお・昆布だ 10										
	果物	たけのこ 水煮 30	スイートコーン 5	上白糖 2	果物	削り節 0.3	食塩 0.15	かつお・昆布だ 10	小葱 (ゆで) 5										
		えんどう ゆで 10	お浸し	ほうれん草 (ゆ 40		バター 20	白こしょう 0.01												
デザート	みりん風調味料 1	果物	減塩しょうゆ (5		焼き 2														
	かつお・昆布だ 20	ぶどう 缶詰 40	ぶどう 缶詰 40		生椎茸 ゆで 20	西洋なし (缶詰 40													
	もも缶 (果肉) 40				無塩バター 2	果物													
	エネプリんいち 40				食塩 0.2														
					さやえんどう (5														
					もも缶 (果肉) 40														
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					
		焼魚		さけ・40g 40		豚生姜 40		豚かたロース 40		肉団子 20		チキン 30		若鶏もも 皮な 30	海鮮炒 15	豚すき 40	豚ももスライス 40	柚子胡椒炒め 50	豚ひき肉 20
				大根 皮剥 (ゆ 40		焼き 5		減塩しょうゆ (5		の甘酢 5		鶏ひき肉 30		食塩 0.15	食塩 0.15	め 15	焼き豆腐 50	焼豆腐 50	なす (ゆで) 50
	しそ (ゆで) 1			上白糖 1	あんか 1	鶏卵 3	白こしょう 0.01	白こしょう 0.01	若鶏むね皮なし 15	白菜 (ゆで) 30	白菜 (ゆで) 30	柚子こしょう 2							
	麻婆豆腐	減塩正油パック 5		合成清酒 2.5	け 1	食塩 0.1	低蛋白小麦粉 3	鶏卵 5	さやいんげん (10	葱 (ゆで) 15	しらたき 30	減塩しょうゆ (5	みりん風調味料 1						
		木綿豆腐 30		生姜 3		白こしょう 0.01	鶏卵 5	鶏卵 5	玉葱 ゆで 20	生椎茸 10	人参 皮剥 (ゆ 8	片栗粉 1	片栗粉 1						
		玉葱 ゆで 50		菜種油 2		薄力粉 1等 3	薄力粉 (乾燥) 3	菜種油 10	きくらげ (乾) 1	人参 皮剥 (ゆ 10	生椎茸 10	葱 (ゆで) 5	葱 (ゆで) 5						
	あちゃら漬け	葱 (ゆで) 10		ブロッコリー 40		玉葱 ゆで 50	菜種油 10	菜種油 10	キャベツ ゆで 20	グリーンピース 3	グリンピース 3	菜種油 3	減塩しょうゆ (7.5	ブロッコリー 30					
		にんにく 0.5		マヨネーズパッ 10		人参 皮剥 (ゆ 20	キャベツ ゆで 20	トマト (ゆで) 15	マヨネーズパッ 10	菜種油 3	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					
		生姜 (ゆで) 3		れんこん炒煮 10		乾椎茸 1	トマト (ゆで) 15	マヨネーズパッ 10		減塩しょうゆ (5	中華味 0.5	みりん風調味料 2.5	茶碗蒸し 50	鶏卵 50					
		減塩しょうゆ (5		れんこん ゆで 50		減塩しょうゆ (5	とびっ 20			中華味 0.5	白こしょう 0.01	白こしょう 0.01	合成清酒 2.5	合成清酒 2.5	煮干しだし 50				
		減塩みそ 2		菜種油 1		上白糖 1	こ和え 3			白こしょう 0.01	上白糖 1	上白糖 1	ゴマ味 30	かつおだし 50	なると 8				
		上白糖 1		減塩しょうゆ (2.5		片栗粉 1	小松菜 ゆで 5			合成清酒 2.5	合成清酒 2.5	穀物酢 2.5	噌和え 6	糸みつば ゆで 2					
		合成清酒 2.5		上白糖 0.5		穀物酢 5	とびっ 5			穀物酢 2.5	穀物酢 2.5	片栗粉 2	上白糖 1	食塩 0.3					
		鶏ガラスープ 0.25		とうがらし 乾 0.1		小葱 (ゆで) 5	とびっ 5			片栗粉 2	片栗粉 2	みりん風調味料 2.5	みりん風調味料 1	みりん風調味料 1					
		中華味 0.5				わかめ 1	こ和え 3			うずら卵 水煮 10	うずら卵 水煮 10	いりごま 1							
		ごま油 1	おろし 1	大根 皮剥 (ゆ 40	わかめ 1	カットわかめ 1	とびっ 5												
		片栗粉 1	和え 20	なめこ 20	わかめ 1	油揚げ 10	とびっ 5												
		とうがらし 乾 0.2		きゅうり (ゆで 5	わかめ 1	油揚げ 10	とびっ 5												
	ソテー	かぶ 皮剥 (ゆ 50		淡口醤油 2.5		人參 皮剥 (ゆ 5	酢味噌 5	和え 5	きゅうり (ゆで 30	揚げ茄 30	なす (ゆで) 30								
		食塩 0.2				さやえんどう (5	和え 5	和え 5	揚子 5	なす (ゆで) 30	なめこ 5	大根 皮剥 (ゆ 40	大根 皮剥 (ゆ 50						
		穀物酢 5				菜種油 1	菜種油 1	穀物酢 1	穀物酢 1	菜種油 5	生姜 (ゆで) 1	きゅうり (ゆで 10	みょうが 1						
		上白糖 3				減塩しょうゆ (2.5	減塩しょうゆ (2.5	上白糖 1	上白糖 1	片栗粉 2	小葱 (ゆで) 3	なめこ (水煮缶 20	濃口醤油 2.5						
						とうがらし 乾 0.1	小葱 (ゆで) 5	とびっ 5	とびっ 5	片栗粉 2	減塩正油パック 5	減塩しょうゆ (2.5	みりん風調味料 2.5	みりん風調味料 1					
	ソテー	キャベツ ゆで 30		玉葱 ゆで 40		かつわ 1	湯豆腐 50	木綿豆腐 50	きのこ 10	ぶなしめじ (ゆ 10	小松菜 40	小松菜 ゆで 40	炒り豆腐 20						
		糸みつば ゆで 10		人参 皮剥 (ゆ 10		なすの味噌煮 50		生姜 (ゆで) 2	まいたけ (ゆで 10	まいたけ (ゆで 10	凍り豆腐 1	凍り豆腐 1	木綿豆腐 30						
		食塩 0.2		コンソメ 0.5		減塩みそ 5		小葱 (ゆで) 2	削り節 0.5	えのき茸 (水煮 10	減塩しょうゆ (2.5	減塩しょうゆ (2.5	貝割大根・芽 5						
調合油 2			白こしょう 0.01		上白糖 1		削り節 0.5	減塩正油パック 5	エリンギ 10	煮干しだし 15	煮干しだし 15	減塩しょうゆ (2.5							
					煮干しだし 10				いりごま 1	マヨネーズ 8	ゼリー 60	はちみつレモン 60	上白糖 0.5						

献立表(週間)

透析 1

	3月15日(木)		3月16日(金)		3月17日(土)		3月18日(日)		3月19日(月)		3月20日(火)		3月21日(水)	
夕					デザート 粉飴ムス(ラ・フランス) 58					食塩 0.1 白こしょう 0.01 ゼリー 青りんごゼリー 60			ぼたもち 精白米 4 もち米 4 上白糖 1 さらしあん 5 マービー 液状 5 食塩 0.15	
栄養価	エネルギー 1517 kcal 脂質 39.7 g 塩分 5.7 g	蛋白質 49.4 g 炭水化 231.9 g	エネルギー 1491 kcal 脂質 42.4 g 塩分 5.8 g	蛋白質 49.4 g 炭水化 219.5 g	エネルギー 1569 kcal 脂質 42.6 g 塩分 5.3 g	蛋白質 48.8 g 炭水化 240.2 g	エネルギー 1422 kcal 脂質 36.3 g 塩分 5.4 g	蛋白質 48.7 g 炭水化 221.5 g	エネルギー 1485 kcal 脂質 34.8 g 塩分 5.6 g	蛋白質 49.4 g 炭水化 238.7 g	エネルギー 1488 kcal 脂質 38.7 g 塩分 5.8 g	蛋白質 48.0 g 炭水化 235.8 g	エネルギー 1520 kcal 脂質 41.1 g 塩分 5.8 g	蛋白質 48.9 g 炭水化 235.9 g

献立表(週間)

透析 1

	3月22日(木)		3月23日(金)		3月24日(土)		3月25日(日)		3月26日(月)		3月27日(火)		3月28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	マヨネーズ	5	食塩	0.3	無塩バター	2	煮干しだし	15				
	ゴマ和え	小松菜 ゆで	白菜の	白菜(ゆで)	穀物酢	オリーブ油	3	なます	大根 皮剥(ゆ)	50	白こしょう	0.01	食塩	0.2	ほうれん草(ゆ)	50			
		減塩しょうゆ(お浸し	減塩しょうゆ(食塩	白こしょう	0.01	人参 皮剥(ゆ)	5	果物盛	もも缶(果肉)	20	白こしょう	0.01	お浸し	減塩しょうゆ(2.5		
		上白糖		かつおだし	パセリ(粉)	白こしょう	0.01	穀物酢	5	り合わ	パインアップル	20	フルー	牛乳 1000ml	20				
		ごま	果物	みかん缶詰(果)	ソテー	さやえんどう(20	えのき茸(水煮)	20	焼き芋	さつま芋(ゆで)	30	ツ杏仁	寒天	4	煮物	大根 皮剥(ゆ)	40	
	味噌炒め	さやいんげん(菜種油	1	食塩	0.2	果物	黄桃缶	40		みかん缶詰(果)	15		人参 皮剥(ゆ)	20	
		玉葱 ゆで				西洋なし(缶詰)	40							上白糖	3		減塩しょうゆ(2.5	
		人参 皮剥(ゆ)												みかん缶詰(果)	15		みりん風調味料	1	
		無塩バター												パインアップル	15		煮干しだし	15	
		減塩みそ														果物	もも缶(果肉)	40	
	果物	りんご 缶詰																	
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	
	塩焼き	そい 20g	20	フライ	尾付きえび	20	豚肉と	豚ももスライス	40	焼き魚	すずき・20g	20	チキン	若鶏もも 皮な	40	魚塩焼	ほっけ・60g	60	
		大根 皮剥(ゆ)	40	盛り合	生椎茸	10	野菜の	じゃが芋 ゆで	20	きのこ	食塩	0.1	カツ	食塩	0.1	き	トマト(ゆで)	15	
		しそ	1	わせ	ししとうがらし	5	旨煮	ごぼう ゆで	30	添え	白こしょう	0.01		白こしょう	0.01		サラダ菜(ゆで)	5	
		減塩正油パック	5		薄力粉 1等	5		人参 皮剥(ゆ)	20		ぶなしめじ(ゆ)	10		薄力粉 1等	4		減塩正油パック	5	
	みそおでん	板こんにやく	15		鶏卵	3		生椎茸	10		生椎茸 ゆで	10		鶏卵	3	煮物	じゃが芋 ゆで	60	
		里芋 ゆで	40		パン粉(乾燥)	8		しらたき	30		まいたけ(ゆで)	10		パン粉(乾燥)	3		人参 皮剥(ゆ)	20	
		さやいんげん(10		菜種油	10		えんどう ゆで	5		菜種油	2		菜種油	10		減塩しょうゆ(5	
		人参 皮剥(ゆ)	15		レタス(ゆで)	5		菜種油	2		減塩しょうゆ(2.5		ブロッコリー	15		上白糖	1	
		減塩みそ	5		ソースパック	5		減塩しょうゆ(7.5		合成清酒	2.5		マヨネーズ	5		みりん風調味料	1	
		合成清酒	2.5	サラダ	キャベツ ゆで	20		合成清酒	2.5		小葱(ゆで)	3		ケチャップパッ	8		煮干しだし	15	
		上白糖	1		ブロッコリー	10		煮干しだし	30		減塩正油パック	5		わかめ	きゅうり(ゆで)	20		菜種油	1
		みりん風調味料	2.5		ミニトマト(ゆ)	15	海藻サ	海藻サラダ	2	おから	おから(新製法)	20		酢正油	わかつめ	0.5		グリーンピース(3
	もずくの酢物	もずく	50		鶏卵	25	ラダ	きゅうり(ゆで)	10	の炒り	ひじき	0.5		乾椎茸	0.5	酢の物	白菜(ゆで)	40	
		生姜(ゆで)	2		マヨネーズパッ	10		トマト(ゆで)	40	煮	乾椎茸	0.5		人参 皮剥(ゆ)	5		きゅうり(ゆで)	20	
		穀物酢	5	煮物	かぶ 皮剥(ゆ)	40		減塩しょうゆ(2.5		人参 皮剥(ゆ)	5		葱(ゆで)	5		穀物酢	2.5	
		減塩しょうゆ(2.5		人参 皮剥(ゆ)	10		穀物酢	5		葱(ゆで)	5		菜種油	3		上白糖	1	
		上白糖	3		さやえんどう(5		調合油	3		菜種油	3		減塩しょうゆ(2.5		上白糖	1	
	椀物	茶そば	20		減塩しょうゆ(5		白こしょう	0.01		減塩しょうゆ(2.5	白和え	しぼり豆腐	20		食塩	0.2	
		葱(ゆで)	5		上白糖	1		減塩しょうゆ(2.5		上白糖	0.5		いりごま	1.5		とろろ	かつとろろ昆布	0.5
		乾椎茸	0.5		かつおだし	15	煮物	乾椎茸	0.5		みりん風調味料	2.5		減塩みそ	8		和え	なが芋(ゆで)	40
		減塩しょうゆ(5	豆腐田	木綿豆腐	50		えのき茸	20		煮干しだし	15		上白糖	4		小葱(ゆで)	1	
		かつお・昆布だ	75	楽	減塩みそ	5		ぶなしめじ	30	サラダ	トマト(ゆで)	20		ほうれん草(ゆ)	25		減塩しょうゆ(2.5	
					はちみつ	5		減塩しょうゆ(2.5		マヨネーズパッ	10		人参 皮剥(ゆ)	10		粉飴M-ス(5・75)	58	
	デザート	エネプリンいち	40				デザート	粉飴M-ス(5・75)	58	鳴門煮	マヨネーズパッ	10	エリン	エリンギ	30	デザート			
											カツわかめ	0.5	ー	にら 葉・ゆで	10				
											大根 皮剥(ゆ)	40		オリーブ油	1				
											葱(ゆで)	5		減塩しょうゆ(2.5				
											減塩しょうゆ(2.5		白こしょう	0.01				
											煮干しだし	15							

献立表(週間)

透析 1

	3月22日(木)	3月23日(金)	3月24日(土)	3月25日(日)	3月26日(月)	3月27日(火)	3月28日(水)
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 1482 kcal 蛋白質 49.9 g	エネルギー 1483 kcal 蛋白質 50.0 g	エネルギー 1522 kcal 蛋白質 46.1 g	エネルギー 1515 kcal 蛋白質 49.5 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 42.4 g 炭水化 215.2 g	脂質 41.4 g 炭水化 219.5 g	脂質 38.1 g 炭水化 241.6 g	脂質 41.9 g 炭水化 226.2 g
	塩分 5.6 g	塩分 5.4 g	塩分 5.3 g	塩分 5.8 g	塩分 5.0 g	塩分 5.0 g	塩分 5.1 g

献立表(週間)

透析 1

		3月29日(木)		3月30日(金)		3月31日(土)		4月1日(日)		4月2日(月)		4月3日(火)		4月4日(水)			
昼	お浸し	えのき茸	10	野菜サ ラダ	カリフラワー	30	はんぺん	はんぺん	20								
		白菜(ゆで)	40		きゅうり(ゆで)	15	んまヨ	マヨネーズ	10								
		減塩しょうゆ()	2.5		トマト(ゆで)	30	ネーズ										
		かつおだし	1		カットわかめ	0.5	焼き										
もずく 酢		もずく	50	里芋田 楽	いりごま	0.5	果物	もも缶(果肉)	40								
		レモン(果汁)	2		穀物酢	5											
		穀物酢	5		調合油	3											
		減塩しょうゆ()	2.5		減塩しょうゆ()	2.5											
		上白糖	3		白こしょう	0.01											
果物		みかん缶詰(果)	40		さやえんどう()	3											
					里芋 ゆで	20											
					減塩みそ	7											
					上白糖	3											
夕	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	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					
			薄力粉 1等		3	姜焼き		生姜	3	ローフ	パン粉(乾燥)	2					
		菜種油	8		減塩しょうゆ()	5		牛乳	5								
		玉葱 ゆで	40		合成清酒	2.5		食塩	0.3								
		人参 皮剥(ゆ)	5		菜種油	1		白こしょう	0.01								
		ピーマン(ゆで)	8		人参 皮剥(ゆ)	5		玉葱 ゆで	30								
		減塩しょうゆ()	5		キャベツ ゆで	20		人参 皮剥(ゆ)	5								
		穀物酢	5		マヨネーズ	5		グリーンピース()	3								
		上白糖	2					鶏卵	3								
		とうがらし 乾	0.1	煮物	なが芋 水煮	40		ケチャップ	5								
そぼろ 煮		鶏ひき肉	10		人参 皮剥(ゆ)	15		人参 皮剥(ゆ)	30								
		じゃが芋 ゆで	30		さやいんげん()	10		無塩バター	1								
		さやいんげん()	10		減塩しょうゆ()	5		上白糖	0.5								
		煮干しだし	15		上白糖	1		ブロッコリー	20								
		減塩しょうゆ()	2.5		煮干しだし	15		マヨネーズ	10								
		上白糖	5	ブロッ コリー	ブロッコリー	40	あちゃ ら漬け	かぶ 皮剥(ゆ)	30								
サラダ		キャベツ ゆで	50	のわか か和え	削り節	0.5		人参 皮剥(ゆ)	5								
		人参 皮剥(ゆ)	5		減塩しょうゆ()	2.5		真昆布	0.3								
		マヨネーズ	10					食塩	0.2								
		レモン(果汁)	1.5	中華風 酢物	緑豆春雨	5		上白糖	3								
		白こしょう	0.01		きくらげ(乾)	0.5		穀物酢	5								
ソテー		玉葱 ゆで	40		たけのこ 水煮	15	蒸し鶏	ささ身	10								
		赤ピーマン(ゆ)	5		人参 皮剥(ゆ)	5	サラダ	トマト(ゆで)	20								
		生椎茸	5		穀物酢	5		海藻サラダ	1								
		菜種油	3		食塩	0.2		ごま油	1								
		食塩	0.3		上白糖	2		減塩しょうゆ()	2.5								
		白こしょう	0.01		ごま油	1		穀物酢	5								
								上白糖	1								
								白こしょう	0.01								

献立表(週間)

透析 1

		3月29日(木)		3月30日(金)		3月31日(土)		4月1日(日)		4月2日(月)		4月3日(火)		4月4日(水)	
夕						オニオンと舞茸ソテ	玉葱 ゆで まいたけ 菜種油 食塩 白こしょう	20 5 1 0.2 0.01							
栄養価	エネルギー	1496 kcal	蛋白質 48.5 g	エネルギー	1497 kcal	蛋白質 48.7 g	エネルギー	1465 kcal	蛋白質 49.9 g	エネルギー	kcal	蛋白質 g	エネルギー	kcal	蛋白質 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	g	炭水化 g	脂質	g	炭水化 g
	塩分	4.8 g		塩分	5.4 g		塩分	5.8 g		塩分	g		塩分	g	