

献立表(週間)

透析 2

	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				
	おからの炒り煮	おから(新製法) 20 焼き竹輪 8 ひじき 0.5 乾椎茸 0.5 人参 皮剥(ゆ) 5 葱(ゆで) 5 調合油 2 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		焼き魚	さけ・40g 40 食塩 0.15 しそ 0.5 切干大根煮 5 切干し大根 3 人参 皮剥(ゆ) 10 乾椎茸 0.5 さやいんげん() 10 減塩しょうゆ() 5 上白糖 1 煮干しだし 15		野菜と豆腐の煮物	木綿豆腐 50 ほうれん草(ゆ) 10 人参 皮剥(ゆ) 10 玉葱(ゆで) 40 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 1 みりん風調味料 1 煮干しだし 30		鶏ささ身 40 みの味 1 噌焼き 2 みりん風調味料 1 濃口醤油 1 ブロッコリー 20 マヨネーズ 10		オイスターソース炒め 1 豚ひき肉 30 キャベツ(ゆで) 50 人参 皮剥(ゆ) 10 ピーマン(ゆで) 10 ごま油 1 かき油 3 白こしょう 0.01		生揚げ 20 ともやし(ゆで) 30 しのソテー 10 ピーマン(ゆで) 10 菜種油 2 中華味 0.5 減塩しょうゆ() 5 上白糖 1		スクラブルエッグ 25 牛乳 5 無塩バター 0.25 食塩 0.1 白こしょう 0.01 きんぴらごぼう 20 人参 皮剥(ゆ) 10 グリんピース() 5 菜種油 1 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 1 いりごま 0.5		もずく 50 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ() 2.5		もずく 50 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ() 2.5		もずく 50 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ() 2.5			
	野菜ピリ辛炒め	キャベツ(ゆで) 30 ピーマン(ゆで) 10 黄ピーマン(ゆ) 5 人参 皮剥(ゆ) 5 ごま油 1 減塩しょうゆ() 2.5 合成清酒 1 みりん風調味料 1 とうがらし 乾 0.5		みそ汁	白菜(ゆで) 30 ぶなしめじ 10 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		ごま和え	白菜(ゆで) 30 いりごま 1 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 0.5		五目煮	人参 皮剥(ゆ) 10 れんこん(ゆで) 20 板こんにやく 10 真昆布 1 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 1 片栗粉 1		あさり 10 の佃煮 3 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 2		なすの漬物 20 食塩 0.1 ゆかり 0.3		なす(ゆで) 20 食塩 0.1 ゆかり 0.3		もずく 50 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ() 2.5		もずく 50 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ() 2.5				
	みそ汁	大根 葉 20 大根 皮剥(ゆ) 10 淡色辛みそ 10 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		
	一夜漬け	なす(ゆで) 15 刻み昆布 0.1 食塩 0.1		浅漬け	きゅうり(ゆで) 20 食塩 0.2		味付け	味付けのり 1		味のり 1		みそ汁	木綿豆腐 30 小松菜(ゆで) 10 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		みそ汁	カットわかめ 0.5 えのき茸 20 小葱(ゆで) 2 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		みそ汁	カッパわかめ 0.5 えのき茸 20 小葱(ゆで) 2 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		みそ汁	葉大根・葉、生 20 人参 皮剥(ゆ) 5 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		みそ汁	葉大根・葉、生 20 人参 皮剥(ゆ) 5 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150
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	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	ハンバーガー	バンズパン50g 50 合挽肉 40 玉葱(ゆで) 40 人参 皮剥(ゆ) 8 鶏卵 5 パン粉(乾燥) 5 白こしょう 0.01 菜種油 1 ケチャップ 8 キャベツ(ゆで) 20 サラダ菜(ゆで) 3					
	焼き魚ときのこソテー	そい 40g 40 食塩 0.2 白こしょう 0.01 生椎茸 10 ぶなしめじ 10 人参 皮剥(ゆ) 10 えんどう(ゆで) 5 菜種油 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 2.5		南瓜コロッケ	西洋かぼちゃ 40 鶏ひき肉 20 玉葱(ゆで) 20 食塩 0.3 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 5 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 5 菜種油 12 サニーレタス 5 ソースパック 5		バターライス	ゆめごはん1/5 180 無塩バター 8 食塩 0.2 白こしょう 0.01 揚げおろしか 5 片栗粉 6 菜種油 8 大根 皮剥(ゆ) 50 昆布だし 10 減塩しょうゆ() 5 みりん風調味料 2.5 小葱(ゆで) 3		魚塩麩焼き	あかうお・40g 40 塩こうじ 2 合成清酒 2 赤ピーマン(ゆ) 30 しそ(ゆで) 0.5 マヨネーズ 10		鶏塩そうめん 85 若鶏もも皮な 20 食塩 0.5 鶏ガラスープ 0.15 かつお・昆布だ 150 淡口醤油 0.5 小葱(ゆで) 5 まだら・40g 40 白こしょう 0.01 パン粉(乾燥) 3 菜種油 1 キャベツ(ゆで) 20 人参 皮剥(ゆ) 5 マヨネーズ 5		豚肉ごま焼き 50 生姜 2.5 無塩バター 1.7 減塩しょうゆ() 4.2 みりん風調味料 2.1 いりごま 1.7 調合油 0.8 ブロッコリー 10 カリフラワー 10		豚肉ももスライス 50 生姜 2.5 無塩バター 1.7 減塩しょうゆ() 4.2 みりん風調味料 2.1 いりごま 1.7 調合油 0.8 ブロッコリー 10 カリフラワー 10		大根の煮物 50 大根 皮剥(ゆ) 10 人参 皮剥(ゆ) 10 フライドポテト 40 菜種油 1 食塩 0.15		大根の煮物 50 大根 皮剥(ゆ) 10 人参 皮剥(ゆ) 10 フライドポテト 40 菜種油 1 食塩 0.15				
	牛乳	牛乳 100		煮物	焼き豆腐 25		粉吹き	じゃが芋(ゆで) 30		いりごま 0.5		魚パン粉焼き	まだら・40g 40 白こしょう 0.01 パン粉(乾燥) 3 菜種油 1 キャベツ(ゆで) 20 人参 皮剥(ゆ) 5 マヨネーズ 5		大根の煮物 50 大根 皮剥(ゆ) 10 人参 皮剥(ゆ) 10 フライドポテト 40 菜種油 1 食塩 0.15		大根の煮物 50 大根 皮剥(ゆ) 10 人参 皮剥(ゆ) 10 フライドポテト 40 菜種油 1 食塩 0.15		大根の煮物 50 大根 皮剥(ゆ) 10 人参 皮剥(ゆ) 10 フライドポテト 40 菜種油 1 食塩 0.15		大根の煮物 50 大根 皮剥(ゆ) 10 人参 皮剥(ゆ) 10 フライドポテト 40 菜種油 1 食塩 0.15				

献立表(週間)

透析 2

	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)		
昼	イカの 酢みそ 和え	するめいか 葱(ゆで) 減塩みそ 上白糖 穀物酢	10 20 8 5 5	ふき 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	20 10 3 5 1 15	芋 パセリ(粉)	0.1	ビーフ ンソテ ー 生ふ かつお・昆布だ 減塩しょうゆ(上白糖	40 20 10 10 5 1	煮物 かぶ 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ 生ふ かつお・昆布だ 減塩しょうゆ(上白糖	40 20 10 10 5 1	二色浸 し 果物	白菜(ゆで) 小松菜 ゆで 減塩しょうゆ(みりん風調味料 もも缶(果肉)	30 30 5 1 40	スイー トポテ ト 果物	さつま芋(ゆで 無塩バター 上白糖 牛乳 パイナップル	30 3 5 10 40	春雨サ ラダ 芋マッ シュ 果物	減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 かつお・昆布だ 20 上白糖 5 牛乳 10 春雨サ ラダ 6 きゅうり(ゆで 20 人参 皮剥(ゆ 5 マヨネーズ 10 じゃが芋 ゆで 50 食塩 0.2 無塩バター 3 牛乳 5 白こしょう 0.01 パセリ 0.5 西洋なし(缶詰 40	野菜サ ラダ 野菜ジ ュース 果物	白こしょう 0.01 きゅうり(ゆで 30 トマト(ゆで) 20 鶏卵 25 穀物酢 5 調合油 3 食塩 0.2 白こしょう 0.01 きになる野菜(125 もも缶(果肉) 40
夕	米飯 揚げ鶏 ネギソ ース 炊き合 わせ ポテト サラダ	精白米 若鶏もも 皮な 減塩しょうゆ(2.5 合成清酒 2.5 鶏卵 3 薄力粉 1等 5 菜種油 8 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 大根 皮剥(ゆ 20 人参 皮剥(ゆ 15 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15 じゃが芋 ゆで 30 きゅうり(ゆで 10 人参 皮剥(ゆ 5 マヨネーズ 8 食塩 0.2	84 60 2.5 2.5 3 5 8 1 10 5 1 3 20 1 15 15 30 10 5 20 10 30 3 10 30 10 30 5 30 5 30 5 0.2 30	米飯 肉鍋 ごま酢 和え すり長 芋 煮物	精白米 豚ももスライス 玉葱 ゆで たけのこ 水煮 人参 皮剥(ゆ しらたき 葱(ゆで) 減塩しょうゆ(7.5 上白糖 2 煮干しだし 30 みりん風調味料 2.5 もやし ゆで きゅうり(ゆで カットわかめ 減塩しょうゆ(2.5 穀物酢 5 上白糖 3 ごま油 1 いりごま 0.5 なが芋(ゆで) 30 減塩しょうゆ(5 焼きのり 0.2 白菜 30	84 30 20 20 10 30 10 7.5 2 30 2.5 30 10 5 30 0.5 5 3 1 0.5 30 5 30 10 3 5 3 0.2 0.01	米飯 鶏肉ゴ マ焼き たけのこ ゆで カットわかめ 減塩みそ 上白糖 穀物酢 野菜サ ラダ 野菜サ ラダ	84 60 0.01 5 1 1 1 3 20 5 40 0.5 5 3 5 10 0.2 30 5 25 5 20 10 5 5 20 10 5 5 50	米飯 カツ丼 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(7.5 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 煮干しだし 30 鶏卵 25 グリーンピース(3 なす(ゆで) 削り節 減塩正油パック 野菜サ ラダ 西洋かぼちゃ(84 30 0.01 1.5 1.5 2.5 4 40 10 7.5 1 2.5 30 3 60 0.2 5 25 5 5 20 5 20 10 20 50	米飯 すき焼 き 里芋田 菜	精白米 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 生椎茸 菜種油 減塩しょうゆ(10 上白糖 2 みりん風調味料 2.5 合成清酒 2.5 里芋 ゆで 40 さやえんどう(6 減塩みそ 6 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 きゅうり(ゆで 20 はつかだいこん 5 トマト(ゆで) 20 マヨネーズ 10 胡瓜の 辛し和 え	84 30 30 60 15 30 3 10 10 2.5 2 2.5 2.5 40 6 6 1 2.5 20 20 1 2.5 0.2 58	米飯 魚西京 焼 葱(ゆで) しらたき 人参 皮剥(ゆ 生椎茸 菜種油 減塩しょうゆ(10 上白糖 2 みりん風調味料 2.5 合成清酒 2.5 茶碗蒸 し 鶏卵 菜種油 減塩しょうゆ(2.5 粉辛子 ト	84 40 30 60 15 3 8 10 10 2 2.5 2.5 30 10 1 0.01 6 10 0.3 0.2 100 50 1 1 58	米飯 照焼魚 さつま 芋の甘 煮 もやし のナム ル 豆腐生 姜あん かけ	精白米 すずき・60g 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 大根 皮剥(ゆ 40 しそ(ゆで) 1 減塩正油パック 5 さつま 芋の甘 煮 もやし ゆで 30 きゅうり(ゆで 5 人参 皮剥(ゆ 5 ごま油 1 食塩 0.2 いりごま 0.3 木綿豆腐 25 乾椎茸 0.5 生姜 5 かつお・昆布だ 15 減塩しょうゆ(5				

献立表(週間)

透析 2

	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)
夕	白こしょう 0.01 トマト(ゆで) 20 サラダ菜 5 とろろ 和え かつとろろ昆布 1 きゅうり(ゆで) 20 減塩しょうゆ(2.5 穀物酢 2.5	えのき茸 10 葱 10 かつおだし 5 減塩しょうゆ(2.5 みりん風調味料 2.5 デザート 粉飴M-ス(ラ・フラン 58	デザート 粉飴M-ス(ラ・フラン 58	減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 煮干しだし 5	もやし のおか かあえ もやし ゆで 30 えんどう ゆで 4 削り節 0.5 減塩しょうゆ(2.5		片栗粉 1 デザート 粉飴M-ス(ラ・フラン 58
栄養価	エネルギー 1728 kcal 蛋白質 55.0 g 脂質 46.7 g 炭水化 261.5 g 塩分 5.9 g	エネルギー 1798 kcal 蛋白質 54.5 g 脂質 46.8 g 炭水化 283.1 g 塩分 5.3 g	エネルギー 1773 kcal 蛋白質 51.8 g 脂質 48.2 g 炭水化 277.7 g 塩分 4.9 g	エネルギー 1761 kcal 蛋白質 56.3 g 脂質 47.1 g 炭水化 269.1 g 塩分 5.3 g	エネルギー 1708 kcal 蛋白質 59.1 g 脂質 42.0 g 炭水化 266.5 g 塩分 5.0 g	エネルギー 1772 kcal 蛋白質 57.9 g 脂質 46.2 g 炭水化 273.4 g 塩分 5.4 g	エネルギー 1726 kcal 蛋白質 53.9 g 脂質 49.7 g 炭水化 258.3 g 塩分 5.1 g

献立表(週間)

透析 2

	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(ゆで) 木綿豆腐 さやえんどう(コンソメ) 食塩 片栗粉	70 25 5 0.5 0.2 1	卵豆腐 あんか け	鶏卵 煮干しだし 淡口醤油 生姜(ゆで) 減塩しょうゆ(上白糖) 片栗粉	20 20 2.5 2 2.5 1 1	ツナと 玉葱の 炒め物	鶏卵 ライトツナ缶(玉葱 ゆで) 赤ピーマン(ゆ) グリンピース 菜種油 中華味 食塩	25 20 20 5 3 2 0.5 0.3	卵とじ 玉葱 ゆで さやいんげん(減塩しょうゆ(上白糖) みりん風調味料 煮干しだし	50 30 15 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(ゆ) 無塩バター 食塩 白こしょう	20 5 1 0.2 0.01	中華炒 め 人参 皮剥(ゆ) 菜種油 中華味 減塩しょうゆ(上白糖)	40 20 10 1 0.5 0.5	もやし ゆで 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ) 菜種油 中華味 減塩しょうゆ(上白糖)	40 20 10 1 0.5 0.5	焼き魚 焼き魚 納豆 納豆 葱(ゆで) 減塩正油パック	ほっけ・40g 食塩 大根 皮剥(ゆ) しそ 減塩正油パック	40 0.1 40 1 5 5
	焼き魚	ほっけ・20g 食塩 しそ(ゆで)	20 0.1 0.5	ひじき ひじき 人参 皮剥(ゆ) グリンピース(菜種油) 減塩しょうゆ(上白糖)	2 2 10 3 1 2.5 1	人参と もやし ゆで きょうな ゆで 人参 皮剥(ゆ) 穀物酢 上白糖 ごま油	30 10 10 10 5 2 1	チンゲ 菜の 炒め煮	はんぺん チンゲンサイ 人参 皮剥(ゆ) 菜種油 減塩しょうゆ(上白糖) ごま	10 40 10 1 2.5 1 1	かぶの かぶ 皮剥(ゆ) ゆず(果皮) レモン 和え	20 1 5 0.2 3	さば・40g 食塩 しそ(ゆで)	40 0.1 1	納豆 納豆 葱(ゆで) 減塩正油パック	20 2 5	キャベツ ゆで きょうな ゆで 菜種油 食塩 白こしょう	30 10 1 0.2 0.01			
	漬物	バリッコ	5	煮	人参 皮剥(ゆ) グリンピース(菜種油) 減塩しょうゆ(上白糖)	10 3 1 2.5 1	ナムル 人参 皮剥(ゆ) 減塩しょうゆ(穀物酢) 上白糖 ごま油	10 10 2.5 5 2 1	味のり 味のり	味のり 味のり	1 1	みそ汁 ほうれん草(ゆ) もやし ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	20 20 10 150	きゅう きゅうり(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) 穀物酢 上白糖 減塩しょうゆ(上白糖)	20 20 5 5 3 2.5	みそ汁 大根 葉(ゆで) キャベツ ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	10 20 10 150	梅肉和 え みそ汁 もやし ゆで 葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	2 2.5 2.5 30 5 10 150		
	みそ汁	もやし ゆで 玉葱 ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	たいみ そ	たいみそ のり佃 煮	8 8	味のり 味のり	味のり 味のり	味のり 味のり	味のり 味のり	1 1	みそ汁 ほうれん草(ゆ) もやし ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	20 20 10 150	きゅう きゅうり(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) 穀物酢 上白糖 減塩しょうゆ(上白糖)	20 20 5 5 3 2.5	みそ汁 大根 葉(ゆで) キャベツ ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	10 20 10 150	梅肉和 え みそ汁 もやし ゆで 葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	2 2.5 2.5 30 5 10 150		
	牛乳	牛乳	100	みそ汁	大根 葉(ゆで) 棒麩 淡色辛みそ 煮干しだし	20 1 10 150	味のり 味のり	味のり 味のり	味のり 味のり	味のり 味のり	1 1	みそ汁 ほうれん草(ゆ) もやし ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	20 20 10 150	きゅう きゅうり(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) 穀物酢 上白糖 減塩しょうゆ(上白糖)	20 20 5 5 3 2.5	みそ汁 大根 葉(ゆで) キャベツ ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	10 20 10 150	梅肉和 え みそ汁 もやし ゆで 葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	2 2.5 2.5 30 5 10 150		
				牛乳	牛乳	100	味のり 味のり	味のり 味のり	味のり 味のり	味のり 味のり	1 1	みそ汁 ほうれん草(ゆ) もやし ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	20 20 10 150	きゅう きゅうり(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) 穀物酢 上白糖 減塩しょうゆ(上白糖)	20 20 5 5 3 2.5	みそ汁 大根 葉(ゆで) キャベツ ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	10 20 10 150	梅肉和 え みそ汁 もやし ゆで 葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	2 2.5 2.5 30 5 10 150		
昼	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	そば	そば ゆで 鶏卵	200 12.5	米飯	精白米	84	パン	胚芽ロール ホテルブレッド	48 40			
	魚のト マトソ ース煮	さば・30g ケチャップ コンソメ 上白糖 玉葱 ゆで トマト(ゆで) ケチャップ 白こしょう コンソメ ブロッコリー	30 5 0.2 1 20 30 5 0.01 0.5 20	鶏肉ク リーム 煮	若鶏もも 皮な 白こしょう 人参 皮剥(ゆ) 玉葱 ゆで マッシュルーム 無塩バター 薄力粉 1等 牛乳 クリーム(植物 コンソメ 食塩	60 0.01 15 20 10 5 5 40 8 0.5 0.2	魚の香 草焼き	まだら・40g 食塩 白こしょう パン粉(乾燥) タイム パセリ 無塩バター オリーブ油 サニーレタス ソースパック	40 0.2 0.01 1 0.1 0.1 3 3 3 5	魚三五 八焼き	ほっけ(三五八 大根 皮剥(ゆ) しそ(ゆで) 減塩正油パック	60 40 1 5	揚げ鶏 のおろ しあん かけ	揚げ鶏 片栗粉 菜種油 玉葱 ゆで ぶなしめじ もやし ゆで 人参 皮剥(ゆ) 大根 皮剥(ゆ) 減塩しょうゆ(上白糖) 合成清酒	50 3 7.5 50 20 20 5 50 7.5 1 2.5	じゃが芋 ゆで ブロッコリー キャベツ ゆで 人参 皮剥(ゆ) コンソメ 白こしょう 赤ピーマン(ゆ) 黄ピーマン(ゆ) ピーマン(ゆで) オリーブ油 食塩 白こしょう	30 20 10 10 0.5 0.01 10 10 10 1 0.3 0.01				
	さつま 芋サラ ダ	さつま芋(ゆで) 玉葱 ゆで きゅうり(ゆで) マヨネーズ 白こしょう	30 10 15 15 0.01	大根サ ラダ	大根 皮剥(ゆ) 人参 皮剥(ゆ) きゅうり(ゆで) 穀物酢	20 5 10 5	炊合せ 大根 皮剥(ゆ) たけのこ 水煮 生椎茸 人参 皮剥(ゆ) 減塩しょうゆ(上白糖) ごま油	15 20 5 10 5 1 2.5	和え物 春雨 減塩しょうゆ(上白糖) ごま油	20 3 2.5 0.5 0.5	切干大 根煮	切干し大根 人参 皮剥(ゆ) さやえんどう(減塩しょうゆ(3 8 5 2.5	煮物 かぶ 皮剥(ゆ) 人参 皮剥(ゆ)	20 15	サラダ レタス(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) マヨネーズパッ	30 5 10				

献立表(週間)

透析 2

	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	あえ	するめいか えのき茸(味付)	10 10		調合油 食塩 白こしょう	3 0.2 0.01		煮干しだし	15	酒蒸し	あさり 合成清酒 食塩 小葱	18 5 0.1 3		上白糖 煮干しだし	0.5 15		さやいんげん() 減塩しょうゆ() 上白糖 煮干しだし	15 5 1 15	果物	西洋なし(缶詰)	40	
	卵とじ	鶏卵 人参 皮剥(ゆ) 生椎茸 小葱(ゆで) 菜種油 食塩 白こしょう	20 10 10 5 1 0.2 0.01	チンゲン菜の 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 ゆで きゅうり(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) マヨネーズ ケチャップ スイートコーン	20 5 3 8 2 5	果物	りんご 缶詰 クリーム(植物) 上白糖	40 20 2		いもよ うかん	30 10 1	お浸し	白菜(ゆで) 減塩しょうゆ() 削り節	30 2.5 0.3	デザート	粉飴ムス(ラ・ファン)	58	
	果物	みかん缶詰(果)	40	果物	たけのこ 水煮 えんどう ゆで 減塩しょうゆ() かつお・昆布だ	30 10 2.5 20	果物	ほうれん草(ゆ) 減塩しょうゆ() ぶどう 缶詰	40 5 40				果物	みかん缶詰(果) クリーム(植物) マービー 液状	40 20 5	バター 焼き	生椎茸 ゆで 無塩バター 食塩 さやえんどう()	20 2 0.2 5	果物	もも缶(果肉) クリーム(植物) マービー 液状	40 15 5	
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	
	酢豚	豚角肉(肩ロ一) 減塩しょうゆ() 生姜 片栗粉 菜種油 たけのこ 水煮 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ) ピーマン(ゆで) 乾椎茸 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖 穀物酢 片栗粉	40 0.7 0.7 2 2.7 30 30 20 10 0.5 2 7.5 2 5 1	焼魚	さけ・60g 大根 皮剥(ゆ) しそ(ゆで) 減塩正油パック	60 30 1 5	豚生姜 焼き	豚かたロース 減塩しょうゆ() 上白糖 合成清酒 生姜 菜種油 ブロッコリー 鶏卵 マヨネーズパッ	50 5 1 2.5 3 2 40 25 10	肉団子 の甘酢 あんか け	鶏ひき肉 玉葱 ゆで 鶏卵 食塩 白こしょう 低蛋白小麦粉 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ) 乾椎茸 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖 片栗粉 穀物酢 小葱(ゆで)	40 30 3 0.1 0.01 1.5 50 20 1 1 5 1 5 5	チキン カツ	若鶏もも 皮な 食塩 白こしょう 鶏卵 低蛋白小麦粉 菜種油 キャベツ ゆで トマト(ゆで) マヨネーズ	30 0.2 0.01 5 3 10 20 15 10	海鮮炒 め	するめいか 尾なしえび 若鶏むね皮なし さやいんげん() 玉葱 ゆで きくらげ(乾) 人参 皮剥(ゆ) グリーンピース 菜種油 減塩しょうゆ() 中華味 白こしょう 上白糖 合成清酒 穀物酢 片栗粉 うずら卵 水煮	15 15 15 10 20 1 10 3 3 5 0.5 0.01 1 2.5 2.5 2 10	豚すき	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) 生椎茸 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖 みりん風調味料 合成清酒	60 50 30 15 30 8 10 3 7.5 2 2.5 2.5 6 1 2.5 1	
	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	麻婆豆 腐	木綿豆腐 菜種油 玉葱 ゆで 葱(ゆで) にんにく 生姜(ゆで) 減塩しょうゆ() 減塩みそ 上白糖 合成清酒 鶏ガラスープ	30 5 80 10 0.5 3 5 2 1 2.5 0.25	おろし 和え	大根 皮剥(ゆ) なめこ きゅうり(ゆで) 穀物酢 淡口醤油	40 20 5 5 2.5	わかめ の煮物	カットわかめ 油揚げ 人参 皮剥(ゆ) さやえんどう() 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖	1 10 5 5 1 2.5 0.5	酢味噌 和え	きゅうり(ゆで) 減塩みそ 穀物酢 上白糖	30 8 5 5	揚げ茄 子	なす(ゆで) 菜種油 生姜(ゆで) 小葱(ゆで) 減塩正油パック	30 5 1 3 5	なめこ おろし	大根 皮剥(ゆ) きゅうり(ゆで) なめこ(水煮缶) 減塩しょうゆ()	40 10 20 2.5	
	湯菜と 小松菜 のお浸 し	湯菜 小松菜 ゆで 減塩しょうゆ() みりん風調味料 削り節	10 50 2.5 1 0.2	あちゃ ら漬け	かぶ 皮剥(ゆ) 食塩 穀物酢 上白糖	50 0.2 5 3	ソテー	玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ) 菜種油 コンソメ 白こしょう	40 10 1 0.5 0.01	なすの 味噌煮	さやいんげん() なす 減塩みそ 上白糖 煮干しだし	20 50 5 1 10		きのこ マヨネ ーズ和 え	ぶなしめじ(ゆ) まいたけ(ゆで) えのき茸(水煮) エリンギ いりごま マヨネーズ	10 10 10 10 1 8	小松菜 煮物	小松菜 ゆで 凍り豆腐 減塩しょうゆ() 煮干しだし	40 1 2.5 15	ゼリー	はちみつレモン	60

献立表(週間)

透析 2

		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)		
夕	酢の物	カットわかめ	0.5					デザート	粉飴ムス(ラ・フランス)	58			食塩	0.1		
		玉葱	ゆで	20									白こしょう	0.01		
		葱	(ゆで)	5								ゼリー	青りんごゼリー	60		
		穀物酢		5												
		減塩しょうゆ	(2.5												
		上白糖		3												
栄養価	エネルギー	1743 kcal	蛋白質	56.3 g	エネルギー	1794 kcal	蛋白質	59.9 g	エネルギー	1716 kcal	蛋白質	56.9 g	エネルギー	1780 kcal	蛋白質	57.9 g
	脂質	47.1 g	炭水化	266.2 g	脂質	46.1 g	炭水化	275.3 g	脂質	48.5 g	炭水化	252.8 g	脂質	47.4 g	炭水化	271.6 g
	塩分	5.6 g			塩分	5.5 g			塩分	5.9 g			塩分	5.2 g		
	エネルギー	1724 kcal	蛋白質	59.5 g	エネルギー	1741 kcal	蛋白質	54.7 g	エネルギー	1710 kcal	蛋白質	54.7 g	エネルギー	1724 kcal	蛋白質	59.5 g
	脂質	49.7 g	炭水化	256.1 g	脂質	44.3 g	炭水化	276.3 g	脂質	44.3 g	炭水化	276.3 g	脂質	49.7 g	炭水化	256.1 g
	塩分	5.6 g			塩分	5.7 g			塩分	5.6 g			塩分	5.7 g		

献立表(週間)

透析 2

	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	上白糖	1	上白糖	1	上白糖	0.5	マリネ	人参 皮剥 (ゆ	5	サラダ菜 (ゆで	3	ギソテ	にら 葉・ゆで	10	穀物酢	5					
	みりん風調味料	2.5	みりん風調味料	2.5	かつおだし	0.5		オリブ油	3	マヨネーズ	5	ー	オリーブ油	1	調合油	3					
	しそ (ゆで)	1	煮干しだし	15				穀物酢	3				減塩しょうゆ (2.5	減塩しょうゆ (2.5					
	青梅甘露煮	18	さやえんどう	4	白菜の			食塩	0.2	なます			白こしょう	0.01	白こしょう	0.01					
	大根 皮剥 (ゆ	40	白菜 (ゆで)	60	減塩しょうゆ (2.5		白こしょう	0.01		大根 皮剥 (ゆ	50	人参 皮剥 (ゆ	5	穀物酢	5					
炊き合	人参 皮剥 (ゆ	15	ゴマ和	小松菜 ゆで	50	かつおだし	1	パセリ (粉	0.1		人参 皮剥 (ゆ	5	果物盛	もも缶 (果肉)	20	オニオ	玉葱 ゆで	30			
わせ	いんげん ゆで	10	え	減塩しょうゆ (2.5						穀物酢	5	り合わ	パインアップル	20	ンソテ	ローズハム	5			
	減塩しょうゆ (2.5		上白糖	0.5	果物	みかん缶詰 (果	40	ソテー	さやえんどう (20	食塩	0.2	せ	みかん缶詰 (果	10	ー	人参 皮剥 (ゆ	5		
	上白糖	0.5		ごま	0.5					えのき茸 (水煮	20						無塩バター	2			
	かつお・昆布だ	10	味噌炒	さやいんげん (30					菜種油	1	焼き芋	さつま芋 (ゆで	30			食塩	0.2			
			め	玉葱 ゆで	30					食塩	0.2	果物	黄桃缶	40			白こしょう	0.01			
	なが芋 (ゆで)	50		無塩バター (ゆ	10											フルー	フルーツみつ豆	90			
	きゅうり (ゆで	10		減塩みそ	5											ツみつ					
	穀物酢	5		りんご 缶詰	40											豆					
	食塩	0.2																			
	上白糖	3	果物																		
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
	鶏肉の	若鶏もも 皮な	40	塩焼き	そい 40g	40	フライ	尾付きえび	20	豚肉と	豚ももスライス	60	焼き魚	すずき・40g	40	魚の唐	そい 60g	60	魚塩焼	ほっけ・60g	60
	香味だ	白こしょう	0.01		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	0.2	揚げ	減塩しょうゆ (5	き	トマト (ゆで)	15
れ	低蛋白小麦粉	3		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		合成清酒	2		サラダ菜 (ゆで	5	
	ごま油	3		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		みりん風調味料	2		減塩正油パック	5	
	上白糖	1					鶏卵	3		生椎茸	10		まいたけ (ゆで	10		片栗粉	1				
	減塩しょうゆ (5	みそお	板こんにやく	15		パン粉 (乾燥)	8		しらたき	30		菜種油	2		菜種油	5	煮物	じゃが芋 ゆで	60	
	穀物酢	2.5	でん	鶏卵	25		菜種油	10		えんどう ゆで	5		減塩しょうゆ (2.5	煮物	減塩しょうゆ (5		人参 皮剥 (ゆ	20	
	みりん風調味料	2.5		さやいんげん (10		レタス (ゆで)	5		菜種油	2		合成清酒	2.5	煮物	豚並肉 (肩・脂	15		減塩しょうゆ (5	
	葱 (ゆで)	5		人参 皮剥 (ゆ	15		ソースパック	5		減塩しょうゆ (7.5		みりん風調味料	2.5		たけのこ 水煮	20		上白糖	1	
	生姜 (ゆで)	2		減塩みそ	8					上白糖	2		小葱 (ゆで)	3		人参 皮剥 (ゆ	10		みりん風調味料	1	
	大根 皮剥 (ゆ	10		合成清酒	1	サラダ	キャベツ ゆで	20		合成清酒	2.5					グリーンピース (3		煮干しだし	15	
	サラダ菜 (ゆで	5		上白糖	1		ブロッコリー	10		煮干しだし	30					減塩しょうゆ (5		菜種油	1	
				みりん風調味料	1		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		上白糖	1		煮物	じゃが芋 ゆで	60
							鶏卵	25	ラダ	きゅうり (ゆで	10	の炒り	ひじき	0.5		煮干しだし	15		煮物	人参 皮剥 (ゆ	20
				もずく	もずく	50	マヨネーズパッ	10		トマト (ゆで)	40	煮	乾椎茸	0.5		煮干しだし	15	酢の物	白菜 (ゆで)	40	
				の酢物	生姜 (ゆで)	2				減塩しょうゆ (2.5		人参 皮剥 (ゆ	5	わかめ	きゅうり (ゆで	20		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	葱 (ゆで)	5	酢正油	カットわかめ	0.5		穀物酢	2.5	
					減塩しょうゆ (2.5		人参 皮剥 (ゆ	10		穀物酢	5	菜種油	3		穀物酢	5		上白糖	1	
					上白糖	3		さやえんどう (5		調合油	3	減塩しょうゆ (2.5		上白糖	3		食塩	0.2	
					上白糖			減塩しょうゆ (5		白こしょう	0.01	上白糖	0.5		減塩しょうゆ (2.5		上白糖		
								上白糖	1				みりん風調味料	2.5		生姜 (ゆで)	1.5	とろろ	かつとろろ昆布	0.5	
								かつおだし	15	煮物	乾椎茸	0.5		煮干しだし	15	和え	なが芋 (ゆで)	40		なご芋 (ゆで)	40
						豆腐田	木綿豆腐	50		えのき茸	20								小葱 (ゆで)	1	
						薬	減塩みそ	5		ぶなしめじ	30	サラダ	トマト (ゆで)	20					減塩しょうゆ (2.5	
							はちみつ	5		減塩しょうゆ (2.5		ブロッコリー	30					上白糖		
										上白糖	0.5		マヨネーズパッ	10				ゼリー	青りんごゼリー	60	
									デザート	粉飴ムス (ラ・フラン	58	鳴門煮	カットわかめ	0.5							

献立表(週間)

透析 2

		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)				
夕	デザート	エネプリン	かぼ	40					ト		大根 皮剥(ゆ)	40						
											葱(ゆで)	5						
											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						
栄養価	エネルギー	1849 kcal	蛋白質	58.5 g	エネルギー	1757 kcal	蛋白質	58.1 g	エネルギー	1728 kcal	蛋白質	57.7 g	エネルギー	1745 kcal	蛋白質	56.5 g		
	脂質	49.4 g	炭水化	281.1 g	脂質	48.6 g	炭水化	263.1 g	脂質	43.4 g	炭水化	267.7 g	脂質	44.1 g	炭水化	275.4 g		
	塩分	5.9 g			塩分	5.9 g			塩分	5.5 g			塩分	5.6 g				
													エネルギー	1757 kcal	蛋白質	58.7 g		
													脂質	42.7 g	炭水化	273.9 g		
													塩分	4.6 g				
															エネルギー	1711 kcal	蛋白質	57.3 g
															脂質	47.8 g	炭水化	253.0 g
															塩分	5.8 g		

献立表(週間)

透析 2

	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 ゆで 人参 皮剥 (ゆ) 玉葱 ゆで 菜種油 食塩 白こしょう	25 10 20 2 0.3 0.01	炒り豆腐	木綿豆腐 キャベツ ゆで 葱 (ゆで) 人参 皮剥 (ゆ) 菜種油 減塩しょうゆ () 上白糖	50 50 10 10 2 5 1	大根煮物	大根 皮剥 (ゆ) 油揚げ 人参 皮剥 (ゆ) 減塩しょうゆ () 上白糖 煮干しだし さやえんどう ()	20 5 8 2.5 1 15 3	炒煮	もやし ゆで 人参 皮剥 (ゆ) 菜種油 減塩しょうゆ () 上白糖	30 10 1 5 1	ひきわり納豆	挽きわり納豆 葱 (ゆで) 減塩しょうゆ ()	20 2 2.5	チンゲン菜の香り	チンゲンサイ 生姜 減塩しょうゆ ()	30 1 2.5	野菜炒め煮	キャベツ ゆで ピーマン (ゆで) 人参 皮剥 (ゆ) 菜種油 減塩しょうゆ () 上白糖	20 10 10 1 2.5 1	切干大根梅肉和え	切干し大根 人参 皮剥 (ゆ) 生椎茸 梅干し (調味漬) 上白糖	5 5 5 3 1
	ゴマ和え	さやいんげん () キャベツ ゆで 減塩しょうゆ () 上白糖 ごま	20 20 2.5 0.5 1	さつま芋煮	さつま芋 (ゆで) 減塩しょうゆ () 上白糖 煮干しだし 小葱 (ゆで)	30 2.5 0.5 5 3	卵豆腐	鶏卵 煮干しだし 食塩 生姜 減塩しょうゆ () 上白糖 片栗粉 しそ	20 40 0.2 2 2.5 1 0.2 0.5	みそ汁	きょうな ゆで じゃが芋 ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	10 10 10 150	みそ汁	大根 葉 (ゆで) ぶなしめじ (ゆ) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100
	みそ汁	大根 葉 (ゆで) なす (皮なし) 淡色辛みそ 煮干しだし	5 20 10 150	おかか	チンゲンサイ 減塩しょうゆ () 上白糖 削り節	20 2.5 0.5 0.3	みそ汁	大根 葉 (ゆで) ぶなしめじ (ゆ) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	みそ汁	きょうな ゆで じゃが芋 ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	10 10 10 150	みそ汁	大根 葉 (ゆで) 油揚げ 葱 (ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 5 2 10 150	みそ汁	大豆と昆布の煮物 刻み昆布 減塩しょうゆ () 上白糖	15 0.5 2.5 0.5	みそ汁	棒麩 カットわかめ 淡色辛みそ 煮干しだし	1 0.5 10 150	みそ汁	白菜 (ゆで) なす (ゆで) 葱 (ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 5 10 150
	松前漬	松前漬	7.5	みそ汁	もやし ゆで 玉葱 ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	漬物	なす (ゆで) 食塩	20 0.1	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	果物	西洋なし (缶詰)	40	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	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	にしんそば	そば ゆで にしん甘露煮 減塩しょうゆ () 上白糖 合成清酒 みりん風調味料 かつお・昆布だ 葱 (ゆで)	220 20 10 1 2.5 5 150 10	米飯	精白米	84	パン：オレンジロール	オレンジロール	80			
	魚の葱ソース	さけ・60g 生姜 (ゆで) 葱 (ゆで) 減塩しょうゆ () 穀物酢 レモン (果汁) とうがらし 乾 ごま油 ブロッコリー マヨネーズ	60 3 20 2.5 5 2 0.5 1 20 15	石狩鍋	さけ・40g 玉葱 ゆで 大根 皮剥 (ゆ) 人参 皮剥 (ゆ) 葱 (ゆで) 減塩みそ かつお・昆布だ	40 30 30 20 10 15 200	魚の竜田揚げ	さば・50g 減塩しょうゆ () 合成清酒 みりん風調味料 生姜 薄力粉 1等 菜種油 サニーレタス	50 5 2.5 2.5 1 3 5 8	煮魚	まごがれい・70 生姜 減塩しょうゆ () 上白糖 合成清酒 みりん風調味料 人参 皮剥 (ゆ) スナッパえんど	70 3 10 2 1.5 1.5 10 10	炊合せ	かぶ 皮剥 (ゆ) 鶏卵 人参 皮剥 (ゆ) 減塩しょうゆ () 上白糖 煮干しだし	40 25 15 5 1 1	回鍋肉	豚ばら キャベツ ゆで ピーマン (ゆで) 葱 (ゆで) 菜種油 減塩みそ 上白糖 トウバンジャン	30 70 10 15 2 8 1 1	和風豆腐	木綿豆腐 鶏ひき肉 玉葱 ゆで 鶏卵 なが芋 (ゆで) 片栗粉	40 30 40 3 5	和風豆腐	木綿豆腐 鶏ひき肉 玉葱 ゆで 鶏卵 なが芋 (ゆで) 片栗粉	40 30 40 3 5
	豆腐あんかけ	木綿豆腐 合挽肉 人参 皮剥 (ゆ) 貝割大根 (ゆで) 乾椎茸 (ゆで) グリーンピース ()	50 10 5 3 0.3 3	炒めもの	炒めも 白こしょう きゅうり (ゆで) 焼き竹輪 鶏卵	50 0.01 40 10 12.5	炒め物	キャベツ ゆで 玉葱 ゆで 人参 皮剥 (ゆ) ピーマン (ゆで) 調合油 食塩 白こしょう 鶏ガラスープ	20 20 10 8 3 0.3 0.01 0.5	お浸し	ほうれん草 (ゆ) 減塩しょうゆ () きゅうり (ゆで) しそ 梅干し (調味漬) 削り節	30 2.5 20 0.3 1 0.2	きのこ	生椎茸 エリンギ 大根 皮剥 (ゆ)	20 10 30	ほうれん草 (ゆ)	ほうれん草 (ゆ) ぶなしめじ	40 15	ほうれん草 (ゆ)	ほうれん草 (ゆ) ぶなしめじ	40 15	若鶏もも 皮なし	20 5	

献立表(週間)

透析 2

	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	減塩しょうゆ (5 上白糖 1 片栗粉 1 煮干しだし 15	ダ	マヨネーズ 5 すり白ゴマ 2 ごま油 0.5 マービー 液状 0.5 削り節 0.1	果物	野菜サ 30 ラダ 30 カットわかめ 0.5 いりごま 0.5 穀物酢 5 調合油 3 減塩しょうゆ (2.5 白こしょう 0.01	はんぺ 20 んマヨ 10 ネーズ 焼き	果物	もも缶 (果肉) 40	果物	きゅうり (ゆで 5 穀物酢 2.5 食塩 0.3 上白糖 3	果物	もも缶 (果肉) 40 クリーム (植物 15 上白糖 3	あえ物 2.5 焼きなす 3	減塩しょうゆ (2.5 なす (ゆで) 40 小葱 (ゆで) 2 減塩しょうゆ (2.5 みかん缶詰 (果 40	じゃが芋 ゆで 20 マッシュルーム 5 コンソメ 0.5 パセリ (粉) 0.5 トマト (ゆで) 20 きゅうり (ゆで) 20 玉葱 ゆで 10 穀物酢 5 オリーブ油 3 減塩しょうゆ (2.5 白こしょう 0.01 もも缶 (果肉) 40 きになる野菜 (125	
	煮物 大根 皮剥 (ゆ 40 人参 皮剥 (ゆ 20 減塩しょうゆ (2.5 みりん風調味料 1 煮干しだし 15	デザート	みかん缶詰 (果 40 粉飴ムス (ラ・フラン 58	デザート	里芋田 3 楽 20 さやえんどう (3 里芋 ゆで 7 減塩みそ 7 上白糖 3											
	果物															
	デザート															
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	米飯	精白米 84
	天ぷら	尾付きえび 40 かぼちゃ (ゆで 20 ししとうがらし 6 生椎茸 ゆで 10 薄力粉 1等 15 鶏卵 5 菜種油 15 減塩正油パック 5	チキン	若鶏もも 皮な 60 食塩 0.3 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 6 鶏卵 5 調合油 2 ケチャップ 10 サニーレタス (4	豚の生	豚ロース (脂身 60 生姜 3 減塩しょうゆ (5 合成清酒 2.5 菜種油 1 人参 皮剥 (ゆ 5 キャベツ ゆで 20 マヨネーズパッ 10	ミート	豚ひき肉 50 パン粉 (乾燥) 2 牛乳 5 食塩 0.3 白こしょう 0.01 玉葱 ゆで 30 人参 皮剥 (ゆ 5 グリーンピース (3 鶏卵 3 ケチャップ 5 人参 皮剥 (ゆ 30 無塩バター 1 上白糖 0.5 ブロッコリー 20 マヨネーズ 10	鶏肉山	若鶏もも 皮な 40 減塩しょうゆ (5 上白糖 1 みりん風調味料 1 合成清酒 1 さんしょう 0.1 オリーブ油 3 レタス (ゆで) 5	えびフ	ブラックタイガ 40 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 6 鶏卵 5 パン粉 (乾燥) 10 菜種油 6 ケチャップ 5 トマト (ゆで) 15 サラダ菜 (ゆで 5 マヨネーズ 10	揚げ魚	まだら・60g 60 食塩 0.2 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 3 菜種油 6 ケチャップ 5 穀物酢 2.5 減塩しょうゆ (2.5 上白糖 2 合成清酒 2.5 ごま油 1 にんにく 1 生姜 1 トウバンジャン 0.5 ラー油 0.5 葱 (ゆで) 20 片栗粉 1 サニーレタス 5		
	おろし	大根 皮剥 (ゆ 25 おろししょうが 5	野菜炒	チンゲンサイ 50 黄ピーマン (ゆ 5 食塩 0.3 白こしょう 0.01 菜種油 1	煮物	なが芋 水煮 40 人参 皮剥 (ゆ 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										
	炊き合	なが芋 水煮 20 人参 皮剥 (ゆ 15 乾椎茸 (ゆで) 1 減塩しょうゆ (5 上白糖 1 煮干しだし 15 えんどう ゆで 4	サラダ	キャベツ ゆで 50 マヨネーズ (ゆ 5 マヨネーズ 10 レモン (果汁) 1.5 白こしょう 0.01	ブロッ	ブロッコリー 40 削り節 0.5 減塩しょうゆ (2.5	あちや	かぶ 皮剥 (ゆ 30 人参 皮剥 (ゆ 5 真昆布 0.3 食塩 0.2 上白糖 3 穀物酢 5 煮干しだし 1	煮しめ	生椎茸 ゆで 10 板こんにやく 30 真昆布 0.5 人参 皮剥 (ゆ 10 減塩しょうゆ (2.5 上白糖 0.5 煮干しだし 15	茶碗蒸	鶏卵 50 煮干しだし 50 かつおだし 50 ささ身 8 ぎんなん ゆで 3 なると 8 糸みつば ゆで 2 食塩 0.3 みりん風調味料 1				
	浅漬け	きゅうり (ゆで 20 キャベツ ゆで 20 人参 皮剥 (ゆ 5 刻み昆布 0.5 食塩 0.2	ソテー	玉葱 ゆで 40 赤ピーマン (ゆ 5 生椎茸 5 菜種油 3 食塩 0.3 白こしょう 0.01	中華風	緑豆春雨 5 きくらげ (乾) 0.5 たけのこ 水煮 15 人参 皮剥 (ゆ 5 鶏卵 20 穀物酢 5 食塩 0.2 上白糖 3 ごま油 1	蒸し鶏	ささ身 10 トマト (ゆで) 20 海藻サラダ 1 ごま油 1 減塩しょうゆ (2.5 穀物酢 5	団子の	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 (ゆ 20 人参 皮剥 (ゆ 10 減塩しょうゆ (5 上白糖 1	炒り煮	もやし ゆで 50 人参 皮剥 (ゆ 5 生姜 2 いりごま 0.5 ごま油 2 減塩しょうゆ (2.5 上白糖 1 穀物酢 2.5 えのき茸 (水煮 50	とびっ	大根 皮剥 (ゆ 30 人参 皮剥 (ゆ 5 小葱 (ゆで) 2 減塩しょうゆ (2.5 上白糖 1 とびっこ 5 卵とじ 25 鶏卵 20 葱 (ゆで) 5 食塩 0.2		

献立表(週間)

透析 2

	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)	
夕							上白糖 1 白こしょう 0.01	デザート	粉飴ムス(う・フアン) 58		貝割大根・芽 5 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 0.5		白こしょう 0.01 杏仁フルーツ 60 ゼリー	杏仁フルーツ 60 はちみつレモン 60
栄養価	1726 kcal 蛋白質 56.5 g 脂質 44.1 g 炭水化 266.3 g 塩分 5.1 g	1808 kcal 蛋白質 57.1 g 脂質 49.5 g 炭水化 276.1 g 塩分 5.8 g	1776 kcal 蛋白質 59.1 g 脂質 50.0 g 炭水化 259.3 g 塩分 5.7 g	1704 kcal 蛋白質 59.5 g 脂質 41.0 g 炭水化 265.5 g 塩分 5.9 g	1757 kcal 蛋白質 57.6 g 脂質 48.8 g 炭水化 266.6 g 塩分 5.4 g	1713 kcal 蛋白質 58.1 g 脂質 45.8 g 炭水化 259.2 g 塩分 5.6 g	1761 kcal 蛋白質 57.3 g 脂質 47.4 g 炭水化 266.5 g 塩分 5.8 g							

