

献立表(週間)

透析 2

	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	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			
	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	豆腐そぼろ	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()	50 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 15 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 ブロッコリー マヨネーズパッ	40 2.5 1.5 10 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 カリフラワー 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	20 30 10 5 5 0.5 3 0.2 0.01	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 5 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	84	米飯	精白米	84	ちらし寿司	精白米 穀物酢 上白糖	84 15 6	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	150 40 30 15 20 10 5 0.3 0.01 3 5	米飯	精白米	84	パン	南瓜パン40g マカロニ 乾 ニグラ タン マカロニ 乾 若鶏もも 皮な 玉葱 ゆで 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)	80 10 10 20 10 10 3 8 80 0.2 0.5 0.5 0.2	米飯	精白米	84	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 2.5 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	魚の生焼き	さわら・40g 食塩 減塩しょうゆ() 合成清酒 生姜(ゆで) サニーレタス() 小松菜 ゆで 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖	40 0.2 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 でんぶ 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 れんこん ゆで 穀物酢	84 15 6 0.1 1 5 1 3 10 10 2 5 2.5 10 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	150 40 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40g マカロニ 乾 ニグラ タン マカロニ 乾 若鶏もも 皮な 玉葱 ゆで 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)	80 10 10 20 10 10 3 8 80 0.2 0.5 0.5 0.2	米飯	精白米	84	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 2.5 1 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	南瓜サラダ	かぼちゃ(ゆで) きゅうり(ゆで) マヨネーズ	40 10 10	炊合せ	大根 皮剥(ゆ)	20	千切り	大根 皮剥(ゆ)	30	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100			

献立表(週間)

透析 2

	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		マヨネーズパック 10		かつお節 0.5 小葱(ゆで) 1 減塩正油パック 5		上白糖 2 食塩 0.1 食用色素(紅) 0.01 鶏卵 10 菜種油 1 焼きのり 0.5		白こしょう 0.01 サニーレタス 8		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	野菜サ	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	イカの	するめいか 10 葱(ゆで) 20 和え 8 上白糖 5 穀物酢 5 野菜サ ラダ ブロッコリー 20 人参 皮剥(ゆ) 5 マヨネーズ 15			
	春雨の 中華風 ソテー	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	西洋なし(缶詰) 40		鶏の照 り焼き 若鶏もも 皮な 40 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	バンサ ンスー	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 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		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		卵豆腐 鶏卵 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	果物	もも缶(果肉) 40 クリーム(植物) 15 マービー 液状 3		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		果物	もも缶(果肉) 40 クリーム(植物) 10 マービー 液状 3	果物	パイナップル 40			
					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	みかん缶詰(果) 40 クリーム(植物) 20 マービー 液状 5							
					お浸し 糸みつば(ゆで) 30 減塩しょうゆ() 2.5 削り節 0.2												
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	
	焼き魚	あかうお・70g 70 食塩 0.2 大根 皮剥(ゆ) 40 しそ(ゆで) 1 減塩正油パック 5	豚カツ	豚角肉(肩ロ一) 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 10 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・40g 40 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 ブ煮	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・60g 60 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 5 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 8 菜種油 8 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	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
	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(ゆ) 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 マヨネーズパック 10			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 かつお・昆布だ 20 片栗粉 1		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			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 ごま 1			
	きんと ん	さつま芋(ゆで) 25 無塩バター 1.5 上白糖 1.5	煮物	里芋(ゆで) 30 生椎茸(ゆで) 10 人参 皮剥(ゆ) 10 濃口醤油 5	スパゲ ッティ	スパゲティ 乾 6 きゅうり(ゆで) 20 マヨネーズ 10	めかぶ の和え	めかぶわかめ 30 減塩しょうゆ() 2.5		温野菜 サラダ ゴマド レッシ	スナップえんど 30 人参 皮剥(ゆ) 8 カリフラワー 20 マヨネーズ 15						

献立表(週間)

透析 2

	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			上白糖	1	カリフ	カリフラワー	40	物	上白糖	0.5	ング	上白糖	1	酢みそ	むきあさり	10	ポテト	じゃが芋	ゆで	30														
			煮干しだし	15	ラワー	人参 皮剥(ゆ)	10		みりん風調味料	2.5		いりごま	1	添え	カットわかめ	0.5	サラダ	きゅうり(ゆで)	10															
			えんどう ゆで	5	甘酢漬	淡口醤油	0.5	卵とじ	鶏卵	25	ソテー	ほうれん草(ゆ)	10		葱(ゆで)	40		人参 皮剥(ゆ)	5															
			大根の味噌煮	60	け	穀物酢	5		キャベツ ゆで	40		玉葱 ゆで	20		穀物酢	2.5		マヨネーズ	8															
			大根 葉(ゆで)	20		上白糖	3		小葱(ゆで)	2		ホールカーネル	10		減塩みそ	3		食塩	0.2															
			減塩みそ	5		ゆず(果皮)	1		菜種油	1		菜種油	1		上白糖	3		白こしょう	0.01															
			上白糖	2	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン)	58		食塩	0.2		食塩	0.2	ゼリー	はちみつレモン	60		トマト(ゆで)	20															
			煮干しだし	5	ト				白こしょう	0.01		白こしょう	0.01				とろろ和え	サラダ菜	5															
																		カットとろろ昆布	1															
																		きゅうり(ゆで)	20															
																		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5															
																		穀物酢	2.5															
栄養価	エネルギー	1728 kcal	蛋白質	58.6 g	エネルギー	1703 kcal	蛋白質	57.9 g	エネルギー	1730 kcal	蛋白質	53.8 g	エネルギー	1708 kcal	蛋白質	58.7 g	エネルギー	1745 kcal	蛋白質	51.7 g	エネルギー	1723 kcal	蛋白質	56.6 g	エネルギー	1728 kcal	蛋白質	55.0 g						
	脂質	40.1 g	炭水化	276.4 g		脂質	47.5 g	炭水化	250.0 g		脂質	41.4 g	炭水化	280.0 g		脂質	48.5 g	炭水化	251.8 g		脂質	49.4 g	炭水化	268.7 g		脂質	45.7 g	炭水化	262.2 g		脂質	46.7 g	炭水化	261.5 g
	塩分	5.9 g				塩分	5.9 g				塩分	5.9 g				塩分	5.9 g				塩分	5.7 g				塩分	5.9 g				塩分	5.9 g		

献立表(週間)

透析 2

	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)			
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	
	焼き魚	さけ・20g	20	野菜と豆腐の煮物	木綿豆腐	50	鶏ささ身	ささ身	40	オイス	豚ひき肉	30	生揚げ	生揚げ	20	スクラ	鶏卵	25	白菜のスープ	白菜(ゆで)	70	
		食塩	0.1		ほうれん草(ゆ)	10	味の素	合成清酒	1	ターソ	キャベツ ゆで	50	ともや	もやし ゆで	30	ンブル	牛乳	5		木綿豆腐	25	
		しそ(ゆで)	0.5		人参 皮剥(ゆ)	10	噌焼き	淡色辛みそ	2	ース炒	人参 皮剥(ゆ)	10	しのソ	人参 皮剥(ゆ)	10	エッグ	無塩バター	0.5	煮	さやえんどう(ゆ)	5	
	切干大根煮	切干し大根	3		玉葱 ゆで	40		みりん風調味料	1	め	ピーマン(ゆで)	10	テー	ピーマン(ゆで)	10		食塩	0.1		コンソメ	0.5	
		人参 皮剥(ゆ)	10		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		濃口醤油	1		ごま油	1		菜種油	2		白こしょう	0.01		食塩	0.2	
		乾椎茸(ゆで)	0.5		上白糖	1		ブロッコリー	20		かき油	3		中華味	0.5					片栗粉	1	
		さやいんげん(ゆ)	10		みりん風調味料	1		マヨネーズ	10		白こしょう	0.01		減塩しょうゆ(ゆ)	5	きんぴら	ごぼう ゆで	20				
		減塩しょうゆ(ゆ)	5		煮干しだし	30	五目煮	人参 皮剥(ゆ)	10	ブロッコリー	ブロッコリー	20	煮物	焼き竹輪	10		人参 皮剥(ゆ)	10	焼き魚	ほっけ・20g	20	
		上白糖	1		塩たらこ	10		れんこん ゆで	20	コリー	玉葱 ゆで	10		たけのこ 水煮	40		グリーンピース(ゆ)	5		食塩	0.1	
		煮干しだし	15		しそ	0.5		板こんにゃく	10	のサラ	かにかま	5		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		しそ(ゆで)	0.5	
	みそ汁	白菜(ゆで)	30	ごま和え	白菜(ゆで)	30		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5	ダ	マヨネーズパッ	10		上白糖	1		上白糖	1	漬物	パリッコ	10	
		ぶなしめじ(ゆ)	10		いりごま	1		上白糖	1	あさり	むきあさり	10		なすの漬物	なす(ゆで)	20	もずく	もずく	50	みそ汁	もやし ゆで	20
		淡色辛みそ	10		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		片栗粉	1	の佃煮	生姜(ゆで)	3		食塩	0.1		穀物酢	5		玉葱 ゆで	10	
		煮干しだし	150		上白糖	0.5		味付け	味付けのり	1	減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		ゆかり	0.3		上白糖	3		淡色辛みそ	10	
	漬物	パリッコ	10	みそ汁	チンゲンサイ	20	のり			みそ汁	木綿豆腐	30	みそ汁	カットわかめ	0.5		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		煮干しだし	150	
					なす(ゆで)	20					小松菜 ゆで	10		えのき茸	20	みそ汁	葉大根・葉、生	20	牛乳	牛乳	100	
	牛乳	牛乳	100		淡色辛みそ	10	みそ汁	キャベツ ゆで	20	みそ汁	人参 皮剥(ゆ)	10		小葱(ゆで)	2		人参 皮剥(ゆ)	5				
				牛乳	牛乳	100		淡色辛みそ	10		煮干しだし	150		淡色辛みそ	10		淡色辛みそ	10				
					煮干しだし	150		煮干しだし	150	牛乳	牛乳	100		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				
昼	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	鶏塩そうめん	げんたそうめん	85	米飯	精白米	84	ハンバーガー	バンズパン50g	50	米飯	精白米	84	
	肉鍋	豚ももスライス	20	チキンカレー	若鶏もも 皮なし	20	魚塩麴	あかうお・40g	40	うめん	若鶏もも 皮なし	20		合挽肉	40		玉葱 ゆで	40	魚のトマトソース煮	さば・30g	30	
		玉葱 ゆで	20		玉葱 ゆで	25	焼き	塩こうじ	2		食塩	0.5	豚肉ごま焼き	生姜	2.5		人参 皮剥(ゆ)	8	マトソ	ケチャップ	5	
		たけのこ 水煮	20		人参 皮剥(ゆ)	15		合成清酒	2		鶏ガラスープ	0.15		無塩バター	1.7		鶏卵	5	ース煮	コンソメ	0.2	
		人参 皮剥(ゆ)	10		無塩バター	3		赤ピーマン(ゆ)	30		かつお・昆布だ	150		減塩しょうゆ(ゆ)	4.2		パン粉(乾燥)	5		上白糖	1	
		しらたき	15		薄力粉 1等	3		しそ(ゆで)	0.5		淡口醤油	0.5		みりん風調味料	2.1		白こしょう	0.01		玉葱 ゆで	20	
		葱(ゆで)	7.5		牛乳	10		マヨネーズ	10		小葱(ゆで)	5		いりごま	1.7		菜種油	1		トマト(ゆで)	30	
		減塩しょうゆ(ゆ)	5		カレー粉	0.5				魚パン	まだら・40g	40		調合油	0.8		ケチャップ	8		ケチャップ	5	
		上白糖	0.5		カレールウ	8	大根なます	大根 皮剥(ゆ)	50	粉焼き	白こしょう	0.01		ブロッコリー	10		キャベツ ゆで	20		白こしょう	0.01	
		煮干しだし	15		ケチャップ	1		人参 皮剥(ゆ)	10		パン粉(乾燥)	3		カリフラワー	10		サラダ菜(ゆで)	3		コンソメ	0.5	
		みりん風調味料	1.25		ウスターソース	2.5		穀物酢	5		菜種油	1								ブロッコリー	20	
					ワイン(白)	2		上白糖	3		キャベツ ゆで	20	大根の煮物	大根 皮剥(ゆ)	50	ポテトフライ	フライドポテト	40		上白糖	1	
	中華風サラダ	もやし ゆで	30	サラダ	キャベツ ゆで	20		食塩	0.2		人参 皮剥(ゆ)	5		さやいんげん(ゆ)	10		白こしょう	0.01	さつま芋サラダ	さつま芋(ゆで)	30	
		きゅうり(ゆで)	10		トマト(ゆで)	20		いりごま	0.5		マヨネーズ	5		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5				ダ	玉葱 ゆで	10	
		かにかま	5		ブロッコリー	10	ビーフ	ビーフン	5	スイー	さつま芋(ゆで)	30		上白糖	0.5					きゅうり(ゆで)	15	
		カットわかめ	0.5		鶏卵	25	ンソテ	玉葱 ゆで	40	トポテ	無塩バター	3		かつお・昆布だ	20	野菜サラダ	きゅうり(ゆで)	30		マヨネーズ	15	
		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		穀物酢	5	ー	ピーマン(ゆで)	8	ト	上白糖	5					トマト(ゆで)	20		白こしょう	0.01	
		穀物酢	5		調合油	3		菜種油	3		牛乳	10	春雨サラダ	緑豆春雨	6		鶏卵	25	卵とじ	鶏卵	20	
		上白糖	3		減塩しょうゆ(ゆ)	2.5		食塩	0.3					きゅうり(ゆで)	20		穀物酢	5		人参 皮剥(ゆ)	10	
		ごま油	1		白こしょう	0.01		黒こしょう	0.01	果物	パインアップル	40		人参 皮剥(ゆ)	5		調合油	3		生椎茸	10	
		いりごま	0.5											人参 皮剥(ゆ)	5							

献立表(週間)

透析 2

	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(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	野菜ジ ユース	きになる野菜(果物)	125	果物	みかん缶詰(果物)	40			
	ほうれん草の 味噌和え	ほうれん草(ゆで) 減塩みそ 上白糖 かつお・昆布だ	40 2.5 0.5 2	果物	ぶどう 缶詰	40	果物	もも缶(果肉)	40				果物	西洋なし(缶詰)	40		果物	もも缶(果肉) クリーム(植物) マービー 液状	40 15 3	果物	みかん缶詰(果物) 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		
	デザート	エネプリンいち	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	米飯	精白米	84
	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(ケチャップパツ)	60 30 0.2 8 2 10 10 5 8	煮魚	まごがれい・80 生姜 減塩しょうゆ(上白糖) 合成清酒 人参 皮剥(ゆ) 小松菜 ゆで	80 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	30 0.01 1.5 1.5 2.5 4 40 10	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) 生椎茸 菜種油	30 30 60 15 3 8 10 3	魚西京 焼	そい 40g 減塩みそ 上白糖 みりん風調味料 大根 皮剥(ゆ) しそ(ゆで) 減塩正油パック	40 3.3 0.3 1.7 40 0.5 5	照焼魚	すずき・70g 減塩しょうゆ(上白糖) みりん風調味料 合成清酒 大根 皮剥(ゆ) しそ(ゆで) 減塩正油パック	70 5 2.5 1 40 1 5	鶏肉の 塩麴焼 き	若鶏もも 皮なし 塩こうじ 葱 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) セロリー(ゆで) 赤ピーマン(ゆ) 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	茶碗蒸 し	くり 甘露煮 なると 乾椎茸 食塩 かつお・昆布だ	6 10 0.3 0.2 100	もやし のナム ル	もやし ゆで きゅうり(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) ごま油 食塩 いりごま	30 5 5 1 0.2 0.3	湯葉と 小松菜 のお浸 し	湯葉 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 0.2			
	ピーナ ツ和え	キャベツ ゆで ピーマン(ゆで) ピーナッツバタ 減塩しょうゆ(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(上白糖) 煮干しだし	30 20 2.5 0.5 20	野菜サ ラダ	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	胡瓜の 辛し和 え	きゅうり(ゆで) 鶏卵 菜種油 減塩しょうゆ(みりん風調味料) 粉辛子	20 20 1 2.5 0.2	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン)	58	デザート	豆腐生 木綿豆腐 乾椎茸 生姜 かつお・昆布だ 減塩しょうゆ(片栗粉)	25 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(上白糖)	0.5 20 5 5 2.5 3			
	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン)	58	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン)	58	煮物	西洋かぼちゃ(減塩しょうゆ(上白糖) 煮干しだし	50 2.5 0.5 5	もやし のおか かあえ	もやし ゆで えんどう ゆで 削り節 減塩しょうゆ(みりん風調味料)	30 4 0.5 2.5	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン)	58	ゼリー	はちみつレモン	60						

献立表(週間)

透析 2

	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)
栄養 価	エネルギー - 1799 kcal 蛋白質 53.2 g	エネルギー - 1803 kcal 蛋白質 56.2 g	エネルギー - 1761 kcal 蛋白質 56.3 g	エネルギー - 1708 kcal 蛋白質 59.1 g	エネルギー - 1774 kcal 蛋白質 57.9 g	エネルギー - 1750 kcal 蛋白質 56.9 g	エネルギー - 1744 kcal 蛋白質 54.2 g
	脂質 48.0 g 炭水化 280.5 g	脂質 47.2 g 炭水化 278.5 g	脂質 47.1 g 炭水化 269.1 g	脂質 42.0 g 炭水化 266.5 g	脂質 46.2 g 炭水化 273.8 g	脂質 46.7 g 炭水化 267.8 g	脂質 43.5 g 炭水化 275.1 g
	塩分 5.0 g	塩分 5.9 g	塩分 5.3 g	塩分 5.0 g	塩分 5.4 g	塩分 5.4 g	塩分 5.5 g

献立表(週間)

透析 2

	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	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(ゆで) 3 マヨネーズ 8 ケチャップ 2 スイートコーン 5	5 0.1 3	合成清酒 5 食塩 0.1 小葱 3	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	5 1 15	減塩しょうゆ() 5 上白糖 1 煮干しだし 15	果物 デザート	西洋なし(缶詰) 40 粉飴4-ス(5.75) 58	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	8 2	
	チンゲン菜のお浸し	チンゲンサイ 50 減塩しょうゆ() 2.5 煮干しだし 2.5	ダ	果物	りんご 缶詰 40 クリーム(植物) 20 上白糖 2	果物	みかん缶詰(果) 40 クリーム(植物) 20 マービー 液状 5	お浸し	白菜(ゆで) 30 減塩しょうゆ() 2.5 削り節 0.3	5 2.5 0.3	お浸し	生椎茸 ゆで 20 無塩バター 2 食塩 0.2 さやえんどう() 5	果物	黄桃缶 40 クリーム(植物) 20 マービー 液状 5	4 2.5 1 10 5 40 20 5	
	筍の煮物	たけのこ 水煮 30 えんどう ゆで 10 減塩しょうゆ() 2.5 みりん風調味料 1 かつお・昆布だ 20	お浸し	ほうれん草(ゆで) 40 減塩しょうゆ() 5	果物	ぶどう 缶詰 40	バター 焼き	もも缶(果肉) 40 クリーム(植物) 15 マービー 液状 5	5 2 0.2 5	果物	もも缶(果肉) 40 クリーム(植物) 15 マービー 液状 5	果物	もも缶(果肉) 40 クリーム(植物) 15 マービー 液状 5	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	米飯	精白米 84
	焼魚	さけ・60g 60 大根 皮剥(ゆで) 40 しそ(ゆで) 1 減塩正油パック 5	豚生姜焼き	豚かたロース 60 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 マヨネーズパック 10	肉団子 40 鶏ひき肉 40 玉葱 ゆで 30 鶏卵 3 食塩 0.1 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 0 玉葱 ゆで 50 人参 皮剥(ゆで) 20 乾椎茸 1 菜種油 1 減塩しょうゆ() 5 上白糖 1 片栗粉 1 穀物酢 5 小葱(ゆで) 5	チキンカツ	若鶏もも 皮なし 30 食塩 0.15 白こしょう 0.01 低蛋白小麦粉 3 鶏卵 5 パン粉(乾燥) 3 菜種油 10 キャベツ ゆで 20 トマト(ゆで) 15 マヨネーズパック 10	海鮮炒め	するめいか 15 尾なしえび 15 若鶏むね皮なし 15 さやいんげん() 10 玉葱 ゆで 20 きくらげ(乾) 1 人参 皮剥(ゆで) 10 グリーンピース 3 菜種油 3 減塩しょうゆ() 5 中華味 0.5 白こしょう 0.01 上白糖 1 合成清酒 2.5 穀物酢 2.5 片栗粉 2 うずら卵 水煮 10	豚すき	豚ももスライス 60 焼き豆腐 50 白菜(ゆで) 30 葱(ゆで) 15 しらたき 30 人参 皮剥(ゆで) 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	柚子胡椒炒め	豚ひき肉 50 なす(ゆで) 50 柚子こしょう 2 減塩しょうゆ() 5 みりん風調味料 1 片栗粉 1 ゆず(果皮) 1 葱(ゆで) 5 ブロッコリー 30 鶏卵 50 煮干しだし 50 かつおだし 50 なると 8 糸みつば ゆで 2 食塩 0.3 みりん風調味料 1	50 50 2 5 1 1 5 50 50 8 2 0.3 1		
	麻婆豆腐	木綿豆腐 30 玉葱 ゆで 50 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	れんこん炒煮	れんこん ゆで 50 菜種油 1 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 0.5 とうがらし 乾 0.1	わかめ 1 カットわかめ 1 油揚げ 10 人参 皮剥(ゆで) 5 さやえんどう() 5 菜種油 1 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 0.5	とびっこ	大根 皮剥(ゆで) 20 人参 皮剥(ゆで) 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	揚げ茄子	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	ゴマ味噌和え	スナックえんど 30 減塩みそ 6 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 いりごま 1	和え物	大根 皮剥(ゆで) 40 きゅうり(ゆで) 10 なめこ(水煮缶) 20 減塩しょうゆ() 2.5	大根 皮剥(ゆで) 50 人参 皮剥(ゆで) 5 みょうが 1 濃口醤油 2.5 上白糖 1	1 5 1 2 0.3 1	
	あちゃら漬け	かぶ 皮剥(ゆで) 50 食塩 0.2 穀物酢 5 上白糖 3	ソテー	玉葱 ゆで 40 人参 皮剥(ゆで) 10 菜種油 1 コンソメ 0.5 白こしょう 0.01	なすの味噌煮	さやいんげん() 20 なす 50 減塩みそ 5 上白糖 1 煮干しだし 10	湯豆腐	木綿豆腐 75 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(ゆで) 10 まいたけ(ゆで) 10 えのき茸(水煮) 10 エリンギ 10 いりごま 1 マヨネーズ 8 食塩 0.1	小松菜 煮物	小松菜 ゆで 40 凍り豆腐 1 減塩しょうゆ() 2.5 煮干しだし 15	炒り豆腐	えのき茸 20 木綿豆腐 30 貝割大根・芽 5 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 0.5	20 30 5 2.5 0.5	
	デザート	粉飴4-ス(5.75) 58	デザート	粉飴4-ス(5.75) 58	デザート	粉飴4-ス(5.75) 58	ゼリー	ももゼリー 40	ゼリー	はちみつレモン 60	ぼたも	精白米 4	精白米 4	4		

献立表(週間)

透析 2

		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	ト					ト					白こしょう 0.01			ち	もち米 4 上白糖 1 さらしあん 5 上白糖 5 食塩 0.15						
										ゼリー	青りんごゼリー 60										
栄養価	エネルギー	1744 kcal	蛋白質 56.3 g	エネルギー	1709 kcal	蛋白質 57.4 g	エネルギー	1776 kcal	蛋白質 58.0 g	エネルギー	1733 kcal	蛋白質 58.6 g	エネルギー	1741 kcal	蛋白質 54.7 g	エネルギー	1711 kcal	蛋白質 54.8 g	エネルギー	1760 kcal	蛋白質 58.5 g
	脂質	42.2 g	炭水化 275.9 g	脂質	47.5 g	炭水化 252.8 g	脂質	47.4 g	炭水化 270.6 g	脂質	49.1 g	炭水化 262.6 g	脂質	44.3 g	炭水化 276.3 g	脂質	47.5 g	炭水化 264.6 g	脂質	47.0 g	炭水化 270.0 g
	塩分	5.7 g		塩分	5.9 g		塩分	5.4 g		塩分	5.7 g		塩分	5.7 g		塩分	5.7 g		塩分	5.9 g	

献立表(週間)

透析 2

	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)				
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		
	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 マヨネーズパツ 10	20	鶏ささ みの中 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 減塩正油パック 5		豆腐煮 焼き豆腐 50	豆腐煮 焼き豆腐 50	干草焼 鶏卵 20	鶏卵 20 上白糖 0.5 食塩 0.15 小松菜 ゆで 5 玉葱 ゆで 5 人参 皮剥(ゆ 2.5	20	含め煮 こつぶがんも 20 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	20	野菜ソ 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		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		ゴマ和 さやいんげん(20 キャベツ ゆで 20 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 ごま 1			
	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 5 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	とろろ なが芋(ゆで) 30 煮干しだし 5 減塩しょうゆ(2.5 焼きのり 0.2		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 1 食塩 0.2 白こしょう 0.01		切干大 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	20	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		梅漬け 梅干し(調味漬 5		みそ汁 白菜(ゆで) 10 棒麩 1 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150		松前漬 松前漬 7.5				
	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	漬物 なす しば漬 10	100	みそ汁 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) 10 棒麩 1 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	100	漬物あ たくあん漬(干 5 きゅうり(ゆで 20		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100				
	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	100	牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		牛乳 牛乳 100		漬物あ たくあん漬(干 5 きゅうり(ゆで 20		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					
昼	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	塩ラー メン	中華めん ゆで 200 豚もも 赤肉 30 菜種油 1 生姜(ゆで) 2 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 1 合成清酒 2.5 しなちく 5 なると 5 鶏卵 25 小葱(ゆで) 3 食塩 0.3 鶏ガラスープ 2 白こしょう 0.01	200	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84		
	豆腐海 鮮あん かけ	木綿豆腐 50 片栗粉 4 菜種油 6 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	50	魚みそ 煮 さば・50g 50 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	50	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		塩ラー メン 中華めん ゆで 200 豚もも 赤肉 30 菜種油 1 生姜(ゆで) 2 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 1 合成清酒 2.5 しなちく 5 なると 5 鶏卵 25 小葱(ゆで) 3 食塩 0.3 鶏ガラスープ 2 白こしょう 0.01		魚の唐 揚げ そい 60g 60 帆立フ ライ 0.01 ホタテ貝 60 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 3 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 3 菜種油 5 キャベツ ゆで 20 サラダ菜(ゆで 3 ソースパック 5	84	帆立フ ライ 0.01 ホタテ貝 60 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 3 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 3 菜種油 5 キャベツ ゆで 20 サラダ菜(ゆで 3 ソースパック 5	84	野菜サ ラダ レタス(ゆで) 10 キャベツ ゆで 30 ミニトマト(ゆ 30 穀物酢 5 調合油 3 食塩 0.3 白こしょう 0.01		豆腐あ んかけ 木綿豆腐 50 合挽肉 10 人参 皮剥(ゆ 5 貝割大根(ゆで 3 乾椎茸(ゆで) 0.3 グリーンピース(3 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 オニオ ンソテ 10		木綿豆腐 50 合挽肉 10 人参 皮剥(ゆ 5 貝割大根(ゆで 3 乾椎茸(ゆで) 0.3 グリーンピース(3 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 片栗粉 1					
	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	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 0.5	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	20	鶏のか ら揚げ 若鶏もも 皮な 20 減塩しょうゆ(2.5 白こしょう 0.01 合成清酒 1 薄力粉 1等 4 菜種油 8 サラダ菜(ゆで 3		煮物 豚並肉(肩・脂 15 たけのこ 水煮 20 人参 皮剥(ゆ 10 グリーンピース(3 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15	84	野菜サ ラダ レタス(ゆで) 10 キャベツ ゆで 30 ミニトマト(ゆ 30 穀物酢 5 調合油 3 食塩 0.3 白こしょう 0.01		オニオ ンソテ 10		豆腐あ んかけ 木綿豆腐 50 合挽肉 10 人参 皮剥(ゆ 5 貝割大根(ゆで 3 乾椎茸(ゆで) 0.3 グリーンピース(3 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 片栗粉 1								

献立表(週間)

透析 2

	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	みりん風調味料	2.5	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					
	煮干しだし	15				オリーブ油	3			白こしょう	0.01	食塩	0.2							
	さやえんどう	4	白菜の	白菜(ゆで)	60	穀物酢	3	なます	大根 皮剥(ゆ)	50	果物盛	もも缶(果肉)	20	煮物	大根 皮剥(ゆ)	40				
			お浸し	減塩しょうゆ(2.5	食塩	0.2		人参 皮剥(ゆ)	5	り合わ	パインアップル	20		人参 皮剥(ゆ)	20				
ゴマ和	小松菜 ゆで	50		かつおだし	1	白こしょう	0.01		穀物酢	5	せ	みかん缶詰(果	10		みりん風調味料	1				
え	減塩しょうゆ(2.5	果物	みかん缶詰(果	40	パセリ(粉)	0.1		上白糖	3		フルー	牛乳 1000ml	20		煮干しだし	15			
	上白糖	0.5				ソテー	さやえんどう(20	食塩	0.2	ゼリー	みかん缶詰(果	15							
	ごま	0.5					えのき茸(水煮	20	焼き芋	さつま芋(ゆで	30	フルーツ杏仁	寒天	4	果物	もも缶(果肉)	40			
味噌炒	さやいんげん(30					菜種油	1	果物	黄桃缶	40		上白糖	3						
め	玉葱 ゆで	30					食塩	0.2					パイナップル	15	デザート	オレンジゼリー	50			
	人参 皮剥(ゆ)	10				果物	西洋なし(缶詰	40					マービー 液状	2						
	無塩バター	3																		
	減塩みそ	4																		
果物	りんご 缶詰	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		
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	チキン	若鶏もも 皮な	60	魚塩焼	ほっけ・60g	60	天ぷら	尾付きえび	40
	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	カツ	食塩	0.1	き	トマト(ゆで)	15		かぼちゃ(ゆで)	20
	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		ししとうがらし	6
	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		生椎茸 ゆで	10
				鶏卵	3		生椎茸	10		生椎茸 ゆで	10		鶏卵	3					薄力粉 1等	15
みそお	板こんにゃく	15		パン粉(乾燥)	8		しらたき	30		まいたけ(ゆで	10		パン粉(乾燥)	3	煮物	じゃが芋 ゆで	60		鶏卵	5
でん	鶏卵	25		菜種油	10		えんどう ゆで	5		菜種油	2		菜種油	10		人参 皮剥(ゆ)	20		菜種油	15
	さやいんげん(10		レタス(ゆで)	5		減塩しょうゆ(7.5		減塩しょうゆ(2.5		ブロッコリー	15		減塩しょうゆ(5		減塩正油パック	5
	人参 皮剥(ゆ)	15		ソースパック	5		上白糖	2		合成清酒	2.5		マヨネーズ	5		上白糖	1		上白糖	1
	減塩みそ	5					合成清酒	2.5		みりん風調味料	2.5		マヨネーズ	5		みりん風調味料	1	おろし	大根 皮剥(ゆ)	25
	合成清酒	2.5	サラダ	キャベツ ゆで	20		煮干しだし	30		小葱(ゆで)	3		ケチャップパッ	8		煮干しだし	15		おろししょうが	5
	上白糖	1		ブロッコリー	10				おから	おから(新製法	20	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	の炒り	ひじき	0.5	酢正油	カットわかめ	0.5		グリーンピース(3	炊き合	なが芋 水煮	20
				鶏卵	25	ラダ	きゅうり(ゆで	10	煮	乾椎茸	0.5		穀物酢	5	酢の物	白菜(ゆで)	40	わせ	人参 皮剥(ゆ)	15
もずく	もずく	50		マヨネーズパッ	10		トマト(ゆで)	40		人参 皮剥(ゆ)	5		上白糖	3		きゅうり(ゆで	20		乾椎茸(ゆで)	1
の酢物	生姜(ゆで)	2					減塩しょうゆ(2.5		葱(ゆで)	5		減塩しょうゆ(2.5		穀物酢	2.5		減塩しょうゆ(5
	穀物酢	5	煮物	かぶ 皮剥(ゆ)	40		穀物酢	5		菜種油	3		減塩しょうゆ(2.5		上白糖	1		上白糖	1
	減塩しょうゆ(2.5		さやえんどう(5		調合油	3		減塩しょうゆ(2.5		生姜(ゆで)	1.5		食塩	0.2		煮干しだし	15
	上白糖	3		減塩しょうゆ(5		白こしょう	0.01		上白糖	0.5	白和え	しぼり豆腐	20					えんどう ゆで	4
				上白糖	1					みりん風調味料	2.5		いりごま	1.5						
椀物	茶そば	20		かつおだし	15	煮物	乾椎茸	0.5		煮干しだし	15		かつとろろ昆布	0.5	とろろ	かつとろろ昆布	0.5	浅漬け	きゅうり(ゆで	20
	葱(ゆで)	5					えのき茸	20					なが芋(ゆで)	40	和え	なが芋(ゆで)	40		キャベツ ゆで	20
	乾椎茸	0.5					ぶなしめじ	30	サラダ	トマト(ゆで)	20		上白糖	4		小葱(ゆで)	1		人参 皮剥(ゆ)	5
	減塩しょうゆ(5	豆腐田	木綿豆腐	50		減塩しょうゆ(2.5		ブロッコリー	30		ほうれん草(ゆ	25		減塩しょうゆ(2.5		刻み昆布	0.5
	かつお・昆布だ	75	菜	減塩みそ	5		上白糖	0.5		マヨネーズパッ	10		人参 皮剥(ゆ)	10					食塩	0.2
				はちみつ	5								エリンギ	30	デザート	粉飴4-ス(7-7ラン	58			
デザート	エネプリンいち	40				デザート	粉飴4-ス(7-7ラン	58	鳴門煮	カットわかめ	0.5	エリンギ	にら 葉・ゆで	10	ト					
										大根 皮剥(ゆ)	40	オリーブ油	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						

献立表(週間)

透析 2

		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)							
夕								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	1765 kcal	蛋白質 58.4 g	エネルギー	1728 kcal	蛋白質 57.7 g	エネルギー	1727 kcal	蛋白質 54.4 g	エネルギー	1757 kcal	蛋白質 58.7 g	エネルギー	1773 kcal	蛋白質 59.7 g	エネルギー	1709 kcal	蛋白質 51.5 g	エネルギー	1726 kcal	蛋白質 56.5 g
	脂質	48.4 g	炭水化 264.9 g	脂質	43.4 g	炭水化 267.7 g	脂質	43.2 g	炭水化 275.4 g	脂質	44.3 g	炭水化 269.5 g	脂質	43.7 g	炭水化 275.7 g	脂質	40.8 g	炭水化 276.1 g	脂質	44.1 g	炭水化 266.3 g
	塩分	5.9 g		塩分	5.5 g		塩分	5.6 g		塩分	5.8 g		塩分	5.1 g		塩分	5.2 g		塩分	5.1 g	

献立表(週間)

透析 2

		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 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								
						ゼリー	青りんごゼリー 60								
栄養価	エネルギー	1702 kcal	蛋白質 58.1 g	エネルギー	1772 kcal	蛋白質 59.1 g	エネルギー	1704 kcal	蛋白質 59.5 g	エネルギー	kcal	蛋白質 g	エネルギー	kcal	蛋白質 g
	脂質	40.6 g	炭水化 265.8 g	脂質	50.0 g	炭水化 258.3 g	脂質	41.0 g	炭水化 265.5 g	脂質	g	炭水化 g	脂質	g	炭水化 g
	塩分	5.4 g		塩分	5.7 g		塩分	5.9 g		塩分	g		塩分	g	