

献立表(週間)

潰瘍 1

	1月1日(火)			1月2日(水)			1月3日(木)			1月4日(金)			1月5日(土)			1月6日(日)			1月7日(月)					
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			
	おせち 盛合せ	はんぺん みりん風調味料 かつおだし だて巻 べにざけ 15g 食塩 しそ	30 0.2 5 10 15 0.1 1	ダシ入 り卵焼 き	鶏卵 食塩 上白糖 かつおだし しそ	50 0.2 1 10 1	五目煮	大根 皮剥 人参 皮剥 さやいんげん () 濃口醤油 上白糖 煮干しだし	50 10 10 5 1 30	玉葱の 炒め物	冷凍全卵 玉葱 キャベツ 赤ピーマン 無塩バター	25 40 30 5 2	卵とじ	冷凍全卵 玉葱 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	50 40 5 1 2.5 30	アスパ ラのソ テー	グリーンアスパ 赤ピーマン 無塩バター 食塩	40 5 1 0.3	中華炒 め	ほうれん草 (葉) 玉葱 人参 皮剥 中華味 減塩しょうゆ () 上白糖	50 40 10 0.5 2.5 0.5			
	お浸し	白菜 減塩しょうゆ () 削り節	60 2.5 0.2	チンゲ ン菜の 炒め煮	玉葱 赤ピーマン 有塩バター 減塩しょうゆ () 上白糖	20 10 1 5 1	塩たら こ	たらこ しそ	10 1	チンゲ ン菜の 炒め煮	はんぺん チンゲンサイ 人参 皮剥 減塩しょうゆ () 上白糖 かつお節	10 40 10 2.5 1 0.5	チンゲ ン菜の 炒め煮	はんぺん チンゲンサイ 人参 皮剥 減塩しょうゆ () 上白糖 かつお節	10 40 10 2.5 1 0.5	おおか か	大根 皮剥 (ゆ で キャベツ ゆで 食塩 濃口醤油 上白糖 削り節	20 20 0.1 1 0.5 0.3	蒸し豆 腐	木綿豆腐 葱 減塩正油パック	100 2 5			
	雑煮	やわらか福もち 若鶏むね 皮な 大根 皮剥 人参 皮剥 淡口醤油 かつお・昆布だ 糸みつば	10 10 20 10 7.5 150 3	ねり梅 梅びしお	5	みそ汁	木綿豆腐 小葱 淡色辛みそ 煮干しだし	30 2 10 150	みそ汁	白菜 (葉先) 木綿豆腐 淡色辛みそ 煮干しだし	20 30 10 150	みそ汁	白菜 (葉先) 木綿豆腐 淡色辛みそ 煮干しだし	20 30 10 150	みそ汁	小松菜 (葉先) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 150	みそ汁	ほうれん草 (葉) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 150	みそ汁	大根 葉 キャベツ (葉先) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 20 10 150	
	ホット ミルク	牛乳	180	ホット ミルク	牛乳 1000m l	180	ホット ミルク	牛乳 1000m l	180	ホット ミルク	牛乳 1000m l	180	ホット ミルク	牛乳 1000m l	180	ホット ミルク	牛乳 1000m l	180	ホット ミルク	牛乳 1000m l	180			
昼	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	うどん	うどん ゆで	280	米飯	精白米	84						
	盛合せ 弁当	ホタテ貝柱 凍り豆腐 大根 皮剥 人参 皮剥 淡口醤油 上白糖 合成清酒 かつおだし さやえんどう () かぶ 皮剥 人参 皮剥 上白糖 食塩 さつま芋 上白糖 食塩 蒸しかまぼこ 蒸しかまぼこ ささ身 濃口醤油 上白糖 煮干しだし	30 4 60 20 5 1 2 30 4 50 8 3 0.2 30 10 10 20 2.5 0.5 10	チキン ソテー	若鶏もも 皮な 有塩バター キャベツ (葉先) トマト (皮なし) マヨネーズパッ 木綿豆腐 大根 皮剥 人参 皮剥 減塩しょうゆ () 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	60 1 30 30 10 50 30 10 5 1 2.5 15	魚の照 り焼き	そい 70g (骨) 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 トマト サラダ菜 マヨネーズパッ	70 5 1 2.5 15 5 10	魚の香 草焼き	まだら・80g () 食塩 パン粉 (乾燥) タイム パセリ (粉) 無塩バター サニーレタス ソースパック	80 0.4 1 0.1 0.1 3 3 5	焼き魚	ほっけ・80g 食塩 大根 皮剥 しそ 減塩正油パック	80 0.4 40 1 5	煮奴	木綿豆腐 濃口醤油 みりん風調味料 煮干しだし 小葱	50 3 2 30 2	さつま 芋の甘 煮	さつま芋 (皮な 上白糖	80 5	煮物	大根 皮剥 人参 皮剥 さやいんげん () 減塩しょうゆ () 上白糖 煮干しだし	40 15 15 5 1 15
		温野菜 サラダ	20 30	和え物	かぶ 皮剥 きゅうり 春雨サ ラダ	40 10 6 20	春雨	緑豆春雨 きゅうり (皮な 人参 皮剥 マヨネーズ	6 20 5 10	キャベ ツサラ ダ	キャベツ きゅうり (皮な 人参 皮剥 マヨネーズ ケチャップ	40 5 3 8 2	バター 焼き	ホタテ貝柱 食塩 有塩バター 小葱	30 0.2 3 3	果物	みかん缶詰 (果 物)	40	果物	白菜 (葉先) 減塩しょうゆ ()	50 2.5			

献立表(週間)

潰瘍 1

	1月1日(火)		1月2日(水)		1月3日(木)		1月4日(金)		1月5日(土)		1月6日(日)		1月7日(月)	
昼	きゅうり(皮なし) 20 食塩 0.2 もも缶(果肉) 40 みかん缶詰(果) 30 クリーム(植物) 15		マヨネーズ 10				お浸し ほうれん草 40 減塩しょうゆ() 5	果物 ぶどう 缶詰 40	果物 りんご 缶詰 40 クリーム(植物) 20 マービー 液状 5			みそ汁 小葱 3 じゃが芋 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	削り節 0.3 もも缶(果肉) 40	
	味噌煮 大根 葉 20 じゃが芋 30 減塩みそ 5 煮干しだし 15													
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	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
	西京焼き ぎんだら 40 減塩みそ 5 みりん風調味料 3 上白糖 2 大根 皮剥 30 しそ 1	焼き魚 まだら・60g() 60 食塩 0.2 しそ 1 大根 皮剥 30 減塩正油パック 5	魚バタ きす 60 一焼き かぼちゃ(皮なし) 40 ピーマン 6 ブロッコリー 40 食塩 0.2 無塩バター 8 減塩正油パック 5	蒸し鶏 若鶏もも 皮なし 80 減塩しょうゆ() 5 上白糖 1 合成清酒 2.5 無塩バター 2 ブロッコリー 40 鶏卵 25 マヨネーズ 5	肉団子 鶏ひき肉 40 あんか け 1 鶏卵 3 薄力粉 1等 3 玉葱 50 人参 皮剥 20 減塩しょうゆ() 5 上白糖 1 片栗粉 1 小葱 5	鶏卵 25 マヨネーズ 5	じゃが芋 じゃが芋 50 芋炒煮 濃口醤油 2.5 上白糖 0.5	おろし 大根 皮剥 40 きゅうり(皮なし) 40 和え かにかま 10 減塩しょうゆ() 2.5	お浸し 白菜 60 減塩しょうゆ() 2.5 削り節 0.2	煮物 西洋かぼちゃ() 40 さやえんどう 5 減塩しょうゆ() 5 上白糖 0.5	とびっ こ和え 大根 皮剥(ゆ) 40 人参 皮剥(ゆ) 3 小松菜 5 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 0.5 とびっこ 5	チキン 若鶏もも 皮なし 80 ソテー 0.4 無塩バター 2 キャベツ 30 トマト(皮なし) 15 マヨネーズ 15	海鮮炒め はんぺん 10 尾なしえび 20 ホタテ貝柱 10 若鶏むね皮なし 10 さやいんげん() 10 玉葱 40 人参 皮剥 10 無塩バター 3 減塩しょうゆ() 5 中華味 0.5 食塩 0.3 上白糖 1 合成清酒 2.5 片栗粉 2 うずら卵 水煮 20	焼き茄子 なす(皮なし) 60 小葱 3 減塩しょうゆ() 2.5
	お煮しめ 若鶏もも 皮なし 10 なが芋 20 大根 皮剥 20 人参 皮剥 10 さやいんげん() 5 減塩しょうゆ() 5 上白糖 1 合成清酒 2 かつおだし 30	菜の花 和種なばな 50 お浸し 減塩しょうゆ() 2.5 削り節 0.5	青菜ソテー チンゲンサイ 60 人参 皮剥 5 無塩バター 1 食塩 0.3	じゃが芋 じゃが芋 50 芋炒煮 濃口醤油 2.5 上白糖 0.5	お浸し 白菜 60 減塩しょうゆ() 2.5 削り節 0.2	煮物 西洋かぼちゃ() 40 さやえんどう 5 減塩しょうゆ() 5 上白糖 0.5	おろし 大根 皮剥 40 きゅうり(皮なし) 40 和え かにかま 10 減塩しょうゆ() 2.5	お浸し 白菜 60 減塩しょうゆ() 2.5 削り節 0.2	煮物 西洋かぼちゃ() 40 さやえんどう 5 減塩しょうゆ() 5 上白糖 0.5	みそ汁 さやいんげん() 10 なす(皮なし) 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	とびっ こ和え 大根 皮剥(ゆ) 40 人参 皮剥(ゆ) 3 小松菜 5 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 0.5 とびっこ 5	チキン 若鶏もも 皮なし 80 ソテー 0.4 無塩バター 2 キャベツ 30 トマト(皮なし) 15 マヨネーズ 15	海鮮炒め はんぺん 10 尾なしえび 20 ホタテ貝柱 10 若鶏むね皮なし 10 さやいんげん() 10 玉葱 40 人参 皮剥 10 無塩バター 3 減塩しょうゆ() 5 中華味 0.5 食塩 0.3 上白糖 1 合成清酒 2.5 片栗粉 2 うずら卵 水煮 20	焼き茄子 なす(皮なし) 60 小葱 3 減塩しょうゆ() 2.5
	和え物 きゅうり(皮なし) 40 マヨネーズ 10	清まし汁 生麩(梅) 10 糸みつば 5 かつお・昆布だ 150 淡口醤油 7.5 食塩 0.2	茶碗蒸し くり 甘露煮 6 ささ身 10 ほうれん草 10 鶏卵 30 かつお・昆布だ 90 淡口醤油 2.5 合成清酒 1 みりん風調味料 1	スープ 玉葱 40 人参 皮剥 10 コンソメ 0.5 食塩 0.8	煮物 西洋かぼちゃ() 40 さやえんどう 5 減塩しょうゆ() 5 上白糖 0.5	お浸し 白菜 60 減塩しょうゆ() 2.5 削り節 0.2	煮物 西洋かぼちゃ() 40 さやえんどう 5 減塩しょうゆ() 5 上白糖 0.5	みそ汁 さやいんげん() 10 なす(皮なし) 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	みそ汁 さやいんげん() 10 なす(皮なし) 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	とびっ こ和え 大根 皮剥(ゆ) 40 人参 皮剥(ゆ) 3 小松菜 5 減塩しょうゆ() 2.5 上白糖 0.5 とびっこ 5	チキン 若鶏もも 皮なし 80 ソテー 0.4 無塩バター 2 キャベツ 30 トマト(皮なし) 15 マヨネーズ 15	海鮮炒め はんぺん 10 尾なしえび 20 ホタテ貝柱 10 若鶏むね皮なし 10 さやいんげん() 10 玉葱 40 人参 皮剥 10 無塩バター 3 減塩しょうゆ() 5 中華味 0.5 食塩 0.3 上白糖 1 合成清酒 2.5 片栗粉 2 うずら卵 水煮 20	焼き茄子 なす(皮なし) 60 小葱 3 減塩しょうゆ() 2.5	
栄養価	1784 kcal 蛋白質 65.9 g 脂質 35.7 g 炭水化 290.4 g 塩分 7.5 g	1674 kcal 蛋白質 66.0 g 脂質 37.6 g 炭水化 259.3 g 塩分 6.8 g	1676 kcal 蛋白質 66.9 g 脂質 40.7 g 炭水化 251.1 g 塩分 7.4 g	1725 kcal 蛋白質 71.1 g 脂質 37.5 g 炭水化 266.1 g 塩分 7.2 g	1742 kcal 蛋白質 68.7 g 脂質 36.5 g 炭水化 276.2 g 塩分 7.8 g	1744 kcal 蛋白質 69.2 g 脂質 36.0 g 炭水化 276.5 g 塩分 7.9 g	1727 kcal 蛋白質 73.9 g 脂質 35.6 g 炭水化 267.8 g 塩分 7.9 g							

献立表(週間)

潰瘍1

	1月8日(火)			1月9日(水)			1月10日(木)			1月11日(金)			1月12日(土)			1月13日(日)			1月14日(月)			
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	ほっけ・60g	60	野菜卵	キャベツ	80	鶏肉照	若鶏もも 皮なし	30	中華炒	若鶏ささ身	20	焼き魚	ほっけ・40g	40	豆腐煮	焼き豆腐	75	千草焼	冷凍全卵	40	
		食塩	0.3	とじ	人参 皮剥	10	焼き	減塩しょうゆ(2.5	め	玉葱	20		食塩	0.1		里芋	30	き	上白糖	1	
		大根 皮剥	40		さやいんげん(10		上白糖	0.5		人参 皮剥	10		大根 皮剥	40		人参 皮剥	15		食塩	0.3	
		しそ	1		かつおだし	20		みりん風調味料	1		キャベツ	30		しそ	0.5		減塩しょうゆ(2.5		小松菜(葉先)	10	
		減塩正油パック	5		食塩	0.8		ブロッコリー	20		さやえんどう	5		減塩正油パック	5		上白糖	1		玉葱	10	
					冷凍全卵	50		カリフラワー	20		無塩バター	3					煮干しだし	30		人参 皮剥	5	
	野菜ソ	キャベツ	60								食塩	0.2	とろろ	なが芋	60							
	テー	無塩バター	1	和え物	きゅうり(皮なし)	30					減塩しょうゆ(5	芋	煮干しだし	5	ソテー	キャベツ	40	大根の	大根 皮剥	40	
		食塩	0.3		人参 皮剥	5	炒煮	キャベツ	50		片栗粉	1		減塩しょうゆ(2.5		人参 皮剥	10	炒煮	人参 皮剥	10	
					めんつゆ(スト	1		人参 皮剥	10					削り節	0.2		ピーマン	10		減塩しょうゆ(5	
	和え物	白菜	40		マヨネーズ	5		凍り豆腐	1	塩たら	たらこ	10		みそ汁	キャベツ	30		無塩バター	1	上白糖	1	
		減塩しょうゆ(2.5					無塩バター	1	こ	しそ	0.5		みそ汁	淡色辛みそ	10		食塩	0.2	煮干しだし	15	
		みりん風調味料	2.5	大根の	大根 皮剥	50		減塩しょうゆ(5		胡瓜の	大根 皮剥(ゆ	20		煮干しだし	150	たいみ	たいみそ	10	みそ汁	白菜	30
				煮物	減塩しょうゆ(5		上白糖	0.5	和え物	きゅうり(皮なし)	40					そ				棒麩	1
					上白糖	1		煮干しだし	15	白菜の	白菜(ゆで)	50		茄子の	焼なす	30					淡色辛みそ	10
	みそ汁	ほうれん草	30		白菜の	香味和		え	ゆかり	0.5	みそ汁	棒麩	1	焼き浸	減塩しょうゆ(2	みそ汁	玉葱	20		煮干しだし	150
		葱	5		ゆかり	0.5					小葱	5		かつおだし	3			大根 葉	10	たいみ	たいみそ	10
		淡色辛みそ	10		みそ汁	木綿豆腐	30				淡色辛みそ	10	ホット	小葱	2			淡色辛みそ	10	たいみ	たいみそ	10
		煮干しだし	150	みそ汁	煮干しだし	150					煮干しだし	150	ミルク	牛乳	180			煮干しだし	150	そ		
	ホット	牛乳 1000ml	180											牛乳	180							
	ミルク			ホット	牛乳 1000ml	180								ミルク		ホット	牛乳 1000ml	180	ホット	牛乳 1000ml	180	
				ミルク			ホット	牛乳 1000ml	180							ミルク						
昼	パン	ロールパン	48	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	そうめん	そうめん ゆで	230	米飯	精白米	84	
		ホテルブレッド	40												ん	蒸しかまぼこ	15					
				魚バタ	まだら・60g	60	豆腐海	木綿豆腐	75	鶏肉の	若鶏もも 皮なし	60	豆腐あ	木綿豆腐	75		葱	5	鯛の塩	あまだい	80	
	スープ	ホタテ貝柱	30	一焼き	食塩	0.3	鮮あん	ベビーホタテ	20	塩麴焼	塩こうじ	2	んかけ	人参 皮剥	15		めんみ 1.8L	8	焼き	食塩	0.2	
	煮	じゃが芋	60		有塩バター	4	かけ	むきエビ	20	き	ブロッコリー	20		葱	15		かつお・昆布だ	160		サラダ菜	5	
		ブロッコリー	15		ブロッコリー	30		あさり	10		プリーツレタス	6		鶏卵	15					大根 皮剥	30	
		キャベツ	20		マヨネーズ	5		玉葱	30		マヨネーズ	5		減塩しょうゆ(5	吉野鶏	若鶏もも 皮なし	80		減塩正油パック	5	
		人参 皮剥	20					人参 皮剥	10					食塩	0.1		上白糖	0.5				
		コンソメ	0.5	和え物	なが芋	60		ピーマン	10	南瓜煮	かぼちゃ(皮なし)	70		みりん風調味料	2.5		濃口醤油	2.5	和え物	なが芋	60	
		食塩	0.5		きゅうり(皮なし)	5		無塩バター	2	物	濃口醤油	2.5		煮干しだし	30		片栗粉	5		きゅうり(皮なし)	10	
					上白糖	0.5		中華味	0.5		上白糖	1		片栗粉	2		サラダ菜	3		減塩しょうゆ(2.5	
					食塩	0.3		食塩	0.8		かつおだし	15								上白糖	1	
	ピーマ	赤ピーマン	20										みそ炒	若鶏もも 皮なし	20	和え物	大根 皮剥(ゆ	50				
	ンソテ	黄ピーマン	20										め	ピーマン	20		人参 皮剥(ゆ	5	三色炒	ブロッコリー	40	
	ー	ピーマン	20	なす味	なす(皮なし)	40		茄子の	なす(皮なし)	50				赤ピーマン	10		上白糖	0.5	め	黄ピーマン	8	
		無塩バター	1	噌炒め	玉葱	20	鶏肉と	若鶏むね皮なし	30	炒め煮	さやえんどう	5		黄ピーマン	10		食塩	0.2		赤ピーマン	8	
		食塩	0.3		人参 皮剥	5	大根の	大根 皮剥	30		有塩バター	3		無塩バター	1					無塩バター	1	
					無塩バター	3	煮物	人参 皮剥	20		濃口醤油	2.5		減塩みそ	6	焼き芋	さつま芋(皮なし)	60		食塩	0.3	
	サラダ	レタス	30		減塩みそ	4		減塩しょうゆ(5		上白糖	0.5		上白糖	2							
		人参 皮剥(ゆ	5		上白糖	2		上白糖	1		かつおだし	10										
		鶏卵	25																			
		マヨネーズパッ	10	煮物	凍り豆腐	8		みりん風調味料	2.5							果物	黄桃缶	40	卵豆腐	鶏卵	20	
								煮干しだし	15	清汁	白菜	30	サラダ	玉葱 ゆで	45					かつお・昆布だ	20	

献立表(週間)

潰瘍 1

	1月8日(火)			1月9日(水)			1月10日(木)			1月11日(金)			1月12日(土)			1月13日(日)			1月14日(月)					
昼	オニオン	玉葱	30	減塩しょうゆ	(2.5	1	さやえんどう	4	葱	5	人参 皮剥	5	人参 皮剥	5	マヨネーズ	8	食塩	0.2	りんご	缶詰	40			
	プ	人参 皮剥	5	かつお・昆布だ	10	和え物	小松菜 ゆで	50	淡口醤油	5	食塩	0.2	パセリ(粉)	0.1					小葱		5			
		コンソメ	0.5	小葱	5		減塩しょうゆ	(2.5	かつおだし	75		75	清汁	さやえんどう	10									
	果物	食塩	0.5	黄桃缶	40		上白糖	0.5	昆布だし	75	果物	もも缶(果肉)	40	生ふ	10									
		西洋なし(缶詰)	40			味噌炒め	玉葱	30	果物					淡口醤油	5									
							人参 皮剥	10						食塩	0.2									
							無塩バター	1						かつお・昆布だ	150									
							減塩みそ	4						西洋なし(缶詰)	40									
							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	米飯	精白米	84			
	すき焼き	若鶏もも 皮なし	60	鶏肉の	若鶏もも 皮なし	60	塩焼き	そい 40g(骨)	40	チャン	さけ・60g(骨)	60	鶏じゃ	若鶏もも 皮なし	60	焼き魚	まだら・60g(60	チキン	若鶏もも 皮なし	80			
		焼き豆腐	50	香味だ	食塩	0.3	大根 皮剥	40	チャン	淡色辛みそ	8	が	じゃが芋	80	野菜添	え	玉葱	30	ソテー	食塩	0.3			
		白菜(葉先)	60	れ	薄力粉 1等	3	しそ	1	焼き	みりん風調味料	2.5		玉葱	40		人參 皮剥	10		無塩バター	2				
		葱	15		上白糖	1	減塩正油パック	5		生姜	1		人参 皮剥	20		有塩バター	3		ブリーツレタス	5				
		人参 皮剥	8		減塩しょうゆ	(5				キャベツ	50		さやえんどう	5		減塩しょうゆ	(2.5		カリフラワー	30				
		減塩しょうゆ	(7.5		みりん風調味料	2.5	みそお	大根 皮剥	40		玉葱	10		減塩しょうゆ	(7.5		合成清酒	2.5		マヨネーズパッ	10			
		上白糖	2		葱	5	でん	鶏卵	25		人参 皮剥	10		上白糖	2		みりん風調味料	2.5						
		みりん風調味料	2.5		大根 皮剥	50		人参 皮剥	15		ピーマン	5		合成清酒	2.5		小葱	3	あえ物	きゅうり(皮なし)	40			
		合成清酒	2.5		サラダ菜	5		さやいんげん	(20					煮干しだし	30				きゅうり(皮なし)	5				
								減塩みそ	5	サラダ	レタス(ゆで)	10		炒り豆			木綿豆腐	50		上白糖	1			
	里芋田	里芋	60	炊き合	じゃが芋	40	減塩しょうゆ	(2.5		ブロッコリー	20	サラダ	きゅうり(皮なし)	40	腐	人参 皮剥	10		減塩しょうゆ	(5				
	楽	さやえんどう	6	わせ	人参 皮剥	20	合成清酒	2.5		ミニトマト(皮)	15		レタス	15		葱	10		白和え	木綿豆腐	40			
		減塩みそ	5		さやえんどう	(4	上白糖	1		鶏卵	25		ミニトマト(皮)	15		有塩バター	3		淡色辛みそ	6				
		上白糖	1		減塩しょうゆ	(5	みりん風調味料	1		マヨネーズパッ	10		マヨネーズパッ	10		減塩しょうゆ	(2.5		上白糖	4				
		みりん風調味料	2.5		上白糖	1							マヨネーズパッ	10		上白糖	1		ほうれん草(葉)	50				
	おろし	大根 皮剥	40		昆布だし	15	かぶの	かぶ 皮剥(ゆ)	30	煮物	大根 皮剥	50	煮物	白菜	70		みりん風調味料	2.5		人参 皮剥	10			
	和え	きゅうり(皮なし)	10	お浸し	白菜	50	和え物	減塩しょうゆ	(2.5		人参 皮剥	15		人参 皮剥	5		煮干しだし	15						
		減塩しょうゆ	(2.5		濃口醤油	2.5		上白糖	0.5		さやえんどう	5		減塩しょうゆ	(5									
					削り節	0.5	そうめ	そうめん ゆで	30		濃口醤油	5		上白糖	1	サラダ	レタス	10	清汁	大根 皮剥	20			
	小松菜	小松菜	40		みそ汁	切りみつば	5	葱	5		上白糖	1	みそ汁	棒麩	1		ミニトマト(皮)	20		貝割大根・芽	3			
	煮物	凍り豆腐	1		木綿豆腐	25		淡口醤油	5		かつおだし	15		葱	5		ブロッコリー	30		かつお・昆布だ	150			
		減塩しょうゆ	(2.5		淡色辛みそ	10		食塩	0.2	ゼリー	はちみつレモン	60		マヨネーズパッ	10		マヨネーズパッ	10		淡口醤油	5			
		煮干しだし	15		煮干しだし	150		かつお・昆布だ	150					煮干しだし	150	みそ汁	大根 皮剥	40		食塩	0.2			
																	葱	5						
																	淡色辛みそ	10						
																	煮干しだし	150						
栄養価	1642 kcal	蛋白質	70.3 g	1714 kcal	蛋白質	68.7 g	1713 kcal	蛋白質	71.3 g	1756 kcal	蛋白質	68.7 g	1762 kcal	蛋白質	65.9 g	1746 kcal	蛋白質	71.8 g	1712 kcal	蛋白質	74.1 g			
	脂質	38.9 g	炭水化	247.5 g	脂質	37.3 g	炭水化	267.9 g	脂質	36.7 g	炭水化	264.8 g	脂質	36.7 g	炭水化	283.2 g	脂質	35.4 g	炭水化	274.6 g	脂質	36.1 g	炭水化	263.3 g
	塩分	7.4 g		塩分	7.6 g		塩分	7.8 g		塩分	7.8 g		塩分	7.5 g		塩分	7.7 g		塩分	7.4 g				

献立表(週間)

潰瘍 1

	1月15日(火)			1月16日(水)			1月17日(木)			1月18日(金)			1月19日(土)			1月20日(日)			1月21日(月)					
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			
	含め煮	焼き豆腐 減塩しょうゆ(2.5) 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし さやえんどう	75 2.5 1 1 30 4	野菜ソ テー	小松菜 人参 皮剥 玉葱 無塩バター 食塩 温泉卵	50 10 20 3 0.3 50	炒り豆 腐	木綿豆腐 キャベツ(葉先) 葱 人参 皮剥 減塩しょうゆ(5) 上白糖 煮干しだし	50 50 10 10 5 1 15	大根煮 物	大根 皮剥 人参 皮剥 さやえんどう 減塩しょうゆ(2.5) 上白糖 煮干しだし	40 8 3 2.5 1 15	炒煮	白菜 人参 皮剥 減塩しょうゆ(5) 上白糖	50 10 5 1	豆腐の あなか け	木綿豆腐 かにかま さやえんどう 淡口醤油 鶏ガラスープ 片栗粉	50 5 5 1 0.2 1	塩たら こと湯 葉和え 湯葉 干し 濃口醤油	たらこ しそ 和種なばな 湯葉 干し 濃口醤油	10 0.5 30 1 2.5			
	和え物	白菜 人参 皮剥 濃口醤油	40 5 5	和え物	キャベツ ゆで 減塩しょうゆ(5) 上白糖	40 5 0.5	卵豆腐	冷凍全卵 煮干しだし 食塩 減塩しょうゆ(2.5) 上白糖 片栗粉 しそ	20 40 0.2 0.2 1 0.2 0.5	冷凍全卵 煮干しだし 食塩 減塩しょうゆ(2.5) 上白糖 片栗粉 しそ	20 40 0.2 2.5 1 0.2 0.5	和え物	ブロccoli 減塩しょうゆ(2.5) 上白糖	50 2.5 0.5	チンゲン 菜の和 え物	チンゲンサイ 人参 皮剥 減塩しょうゆ(2) 上白糖	50 10 2 1	め煮 ピーマン 人参 皮剥 無塩バター 濃口醤油 上白糖	キャベツ ピーマン 人参 皮剥 無塩バター 濃口醤油 上白糖	50 10 10 3 5 1				
	みそ汁	キャベツ 葱 淡色辛みそ 煮干しだし	40 5 10 150	みそ汁	大根 葉 なす(皮なし) 淡色辛みそ 煮干しだし	5 20 10 150	おかか 和え	小松菜 濃口醤油 上白糖 削り節	40 2.5 0.5 0.3	みそ汁	大根 葉 木綿豆腐 淡色辛みそ 煮干しだし	20 40 10 150	みそ汁	キャベツ 葱 淡色辛みそ 煮干しだし	40 5 10 150	たいみ そ	たいみそ 大根 皮剥 大根 葉 淡色辛みそ 煮干しだし	10 20 10 10 150	豆腐の 煮物	木綿豆腐 人参 皮剥 減塩しょうゆ(2.5) 上白糖	40 10 2.5 0.5			
	ホット ミルク	牛乳 1000ml	180	たいみ そ	たいみそ	8	みそ汁	玉葱 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 150	たいみ そ	たいみそ	10	ホット ミルク	牛乳 1000ml	180	みそ汁	棒麩 葱 淡色辛みそ 煮干しだし	1 5 10 150	ホット ミルク	牛乳 1000ml	180			
	パン	バターロール30	90	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	五目う どん	うどん ゆで 蒸しかまぼこ 鶏卵 ほうれん草(ゆ さやえんどう(葱 かつお・昆布だ めんみ 1.8L	280 20 50 20 4 5 170 8	米飯	精白米	84			
	ハンバ ーグ	鶏ひき肉 玉葱 なが芋 鶏卵 食塩 無塩バター キャベツ ゆで 人参 皮剥 ソースパック	40 40 5 3 0.5 2 20 5 5	魚の葱 ソース	さけ・80g(骨 食塩 葱 減塩しょうゆ(5) レモン(果汁) ブロccoli	80 0.4 20 5 2 40	チキン ピカタ	若鶏もも 皮な 食塩 薄力粉 1等 鶏卵 無塩バター ケチャップ ブロccoli マヨネーズ サニーレタス	60 0.3 3 5 1 5 20 5 8	魚の香 味焼き	あかうお・70g 減塩しょうゆ(5) 合成清酒 みりん風調味料 サニーレタス	70 5 2.5 2.5 8	煮魚	まごがれい・80 減塩しょうゆ(10) 上白糖 合成清酒 みりん風調味料 人参 皮剥 スナップえんど	80 10 2 1.5 1.5 20 10	じゃが 芋そぼ ろ煮	じゃが芋 玉葱 鶏ひき肉 いんげん ゆで 減塩しょうゆ(5) 上白糖 煮干しだし	60 40 20 20 5 2 15	南瓜の 煮物	かぼちゃ(皮な 減塩しょうゆ(5) 上白糖 煮干しだし	60 5 1 15			
	サラダ	トマト(皮なし) きゅうり(皮な 鶏卵 減塩正油パック	40 20 25 5	豆腐あ んかけ	木綿豆腐 合挽肉 人参 皮剥 貝割大根・芽 減塩しょうゆ(5) 上白糖 片栗粉 煮干しだし	50 10 5 3 5 1 1 15	野菜炒 め	チンゲンサイ 黄ピーマン かき油 合成清酒	50 10 5 2.5	野菜サ ラダ	カリフラワー きゅうり(皮な トマト(皮なし) マヨネーズパッ	30 15 30 10	お浸し	白菜 減塩しょうゆ(2.5) かつおだし	50 2.5 1	梅肉和 え	きゅうり(皮な しそ 梅干し(調味漬 削り節	40 0.3 3 0.2	ピーナ ツ和え	白菜 ピーナッツバター 減塩しょうゆ(2.5)	60 5 2.5	ほうれ ん草の あえ物	ほうれん草 減塩しょうゆ(2.5)	40 2.5
	オニオ ンソテ ー	玉葱 ローズハム 人参 皮剥	30 5 5	醤油マ ヨネー	ほうれん草 マヨネーズ	50 3	お浸し	白菜 減塩しょうゆ(2.5) かつおだし	50 2.5 1	はんぺ んマヨ	はんぺん マヨネーズ	20 10	ピーナ ツ和え	白菜 ピーナッツバター 減塩しょうゆ(2.5)	60 5 2.5	焼きな	なす(皮なし)	40						

献立表(週間)

潰瘍 1

	1月15日(火)		1月16日(水)		1月17日(木)		1月18日(金)		1月19日(土)		1月20日(日)		1月21日(月)			
昼	無塩バター 食塩	2 0.2	ズ和え 煮物	濃口醤油 大根 皮剥 人参 皮剥 減塩しょうゆ(みりん風調味料 煮干しだし	2.5 40 20 5 1 15	あえ物 きゅうり(皮なし) 減塩しょうゆ(上白糖)	60 5 1	みそ汁 葱 里芋 淡色辛みそ 煮干しだし	3 20 10 150	ネーズ 焼き 果物	ぶどう 缶詰	40	果物 上白糖 黄桃缶	1 40	す 小葱 減塩しょうゆ(みかん缶詰(果	2 2.5 40
夕	米飯 魚塩焼き トマト(皮なし) サラダ菜 減塩正油パック 煮物 じゃが芋 人参 皮剥 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし あえ物 白菜(葉先) きゅうり(皮なし) 上白糖 食塩 すり長芋 なが芋 小葱 淡口醤油 ヨーグルト 低脂肪ヨーグル	84 100 0.5 15 5 5 60 20 5 1 1 15 40 20 1 0.3 60 1 2.5 100	米飯 帆立焼き ホタテ貝柱 かぼちゃ(皮なし) ピーマン 食塩 無塩バター マヨネーズパッ 炊き合わせ なが芋 人参 皮剥 淡口醤油 上白糖 煮干しだし さやえんどう 和え物 きゅうり(皮なし) キャベツ ゆで 人参 皮剥 濃口醤油 お浸し 白菜 減塩しょうゆ(かつお節	84 60 40 10 0.3 1 10 60 15 5 1 15 4 30 15 5 2.5 50 2.5 0.5	米飯 魚南蛮漬け そい 60g(骨) 食塩 薄力粉 1等 無塩バター 玉葱 人参 皮剥 ピーマン 減塩しょうゆ(上白糖) そばろ 鶏ひき肉 煮 じゃが芋 さやいんげん(煮干しだし) 減塩しょうゆ(上白糖) サラダ キャベツ ゆで 人参 皮剥 マヨネーズパッ レタス スープ	84 80 0.4 2 4 40 5 8 5 2 15 50 10 15 5 50 10 20 15 5 0.5 1	米飯 鶏の照り焼き 若鶏むね皮なし 減塩しょうゆ(合成清酒) 無塩バター 人参 皮剥 キャベツ マヨネーズパッ かぶ 皮剥 人参 皮剥 さやいんげん(減塩しょうゆ(上白糖) 煮干しだし ブロッコリー 削り節 のおかか和え 中華風 スープ 緑豆春雨 人参 皮剥 鶏卵 中華味 食塩	84 80 5 2.5 1 5 20 10 40 15 10 5 1 15 40 0.5 2.5 5 5 20 0.5 0.8	米飯 鶏ひき肉 パン粉(乾燥) 牛乳 食塩 玉葱 人参 皮剥 鶏卵 ケチャップ 人参 皮剥 有塩バター 上白糖 ブロッコリー マヨネーズ 和え物 かぶ 皮剥 人参 皮剥 食塩 上白糖 煮干しだし 野菜サ ラダ レタス トマト(皮なし) マヨネーズ 玉葱 ほうれん草 淡色辛みそ 煮干しだし	84 50 2 5 0.3 50 3 5 30 3 0.5 30 5 60 5 0.3 1 1 30 30 5 20 20 10 150	米飯 焼き魚 そい 40g(骨) 食塩 しそ 大根 皮剥 減塩正油パック バター 若鶏もも 皮なし 玉葱 ピーマン 濃口醤油 無塩バター 野菜サ ラダ きょうな キャベツ ミニトマト(皮) マヨネーズパッ 和え物 小松菜 人参 皮剥 減塩しょうゆ(煮干しだし) お浸し 白菜 減塩しょうゆ(かつお・昆布だ ゼリー 青りんごゼリー	84 80 0.4 0.5 40 5 20 30 5 30 10 2.5 1 10 30 15 10 30 10 2.5 2.5 30 30 5 20 20 10 150	米飯 帆立焼き ホタテ貝柱 有塩バター トマト(皮なし) キャベツ ゆで 減塩正油パック 茶碗蒸し 鶏卵 煮干しだし かつおだし 若鶏ささ身 なると 糸みつば 食塩 みりん風調味料 小松菜 人参 皮剥 マヨネーズ 減塩しょうゆ(お浸し 白菜 減塩しょうゆ(青りんごゼリー	2 5 15 25 5 50 50 50 10 8 2 0.3 1 40 10 8 1 50 2.5 5 60		
栄養価	1681 kcal 蛋白質 70.1 g 脂質 40.9 g 炭水化 248.6 g 塩分 7.8 g	1717 kcal 蛋白質 74.0 g 脂質 36.6 g 炭水化 264.5 g 塩分 7.2 g	1758 kcal 蛋白質 66.4 g 脂質 36.6 g 炭水化 281.5 g 塩分 7.7 g	1698 kcal 蛋白質 70.7 g 脂質 37.6 g 炭水化 258.4 g 塩分 7.6 g	1719 kcal 蛋白質 65.5 g 脂質 39.7 g 炭水化 267.8 g 塩分 7.7 g	1693 kcal 蛋白質 71.0 g 脂質 35.9 g 炭水化 262.6 g 塩分 7.7 g	1731 kcal 蛋白質 74.3 g 脂質 36.3 g 炭水化 268.6 g 塩分 7.3 g									

献立表(週間)

潰瘍 1

	1月22日(火)			1月23日(水)			1月24日(木)			1月25日(金)			1月26日(土)			1月27日(日)			1月28日(月)		
昼	イタリアンサラダ	カリフラワー きゅうり(皮な) 玉葱 ゆで マヨネーズパッ	40 20 10 10	果物	りんご 缶詰	40	果物	淡色辛みそ 煮干しだし	10 150	果物	ぶどう 缶詰	40	果物	減塩しょうゆ() 上白糖 片栗粉 貝割大根・芽	2.5 1 1 5	和え物	小松菜 ゆで 減塩しょうゆ() 上白糖	50 2.5 0.5	温野菜 サラダ	スナップえんど カリフラワー マヨネーズ	20 30 5
	果物	もも缶(果肉)	40		果物	黄桃缶	40						果物	りんご 缶詰	40	果物	もも缶(果肉)	40	果物	みかん缶詰(果)	40
	ジュース	きになる野菜()	125																		
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
	蒸し魚ソース かけ	まだら・60g 食塩 ケチャップ 濃口醤油 上白糖 合成清酒 葱 片栗粉 サニーレタス	60 0.3 10 2.5 2 2.5 20 1 5	蒸し鶏 あんかけ	若鶏もも 皮な 食塩 玉葱 ピーマン 減塩しょうゆ() 上白糖 煮干しだし 片栗粉	80 0.3 40 10 5 1 30 1	照焼魚	そい 80g 減塩しょうゆ() 上白糖 みりん風調味料 合成清酒 大根 皮剥 しそ 減塩正油パック	80 2.5 1 2.5 1 50 1 5	魚味噌 漬け焼 き	そい 60g(骨) 淡色辛みそ みりん風調味料 上白糖 大根 皮剥 しそ 醤油パック	60 5 2.5 0.5 40 0.5 5	鶏つくね ねあんかけ	鶏ひき肉 玉葱 食塩 鶏卵 パン粉(乾燥) 里芋 ホタテ貝柱 人参 皮剥	30 20 0.3 3 3 40 30 20	マヨネーズ焼	ささ身 食塩 マヨネーズ パセリ(粉) サニーレタス	40 0.2 10 0.1 5	ハンバーグ	鶏ひき肉 玉葱 鶏卵 パン粉(乾燥) 牛乳 食塩 ケチャップ ウスターソース キャベツ レッドキャベツ	60 20 3 1 3 0.5 5 25 5
	野菜の和え物	大根 皮剥(ゆ) 人参 皮剥(ゆ) 小葱 淡口醤油 上白糖	50 5 2 5 1	煮物	じゃが芋 人参 皮剥 減塩しょうゆ() 上白糖 みりん風調味料	50 10 2.5 1 1	きんぴら風	じゃが芋 人参 皮剥 無塩バター 上白糖 減塩しょうゆ() 煮干しだし	50 10 1 1 5 15	炒煮	大根 皮剥 凍り豆腐 無塩バター 減塩しょうゆ() 上白糖 煮干しだし	40 3 1 2.5 0.5 10	大名和え	白菜 削り節 減塩しょうゆ() 鶏卵 食塩 無塩バター	70 0.5 5 15 0.1 0.5	白和え	ほうれし ん草の白和え	30 5 3	リャンバン	緑豆春雨 もやし しそ ローズハム 減塩しょうゆ() 上白糖	5 30 1 10 5 1
	卵とじ	鶏卵 玉葱 葱 食塩	25 20 5 0.2	サラダ	キャベツ(葉先) ブロッコリー() ミニトマト(皮) マヨネーズ	25 30 15 15	マカロニ	マカロニ 乾 きゅうり 人参 皮剥 マヨネーズ	4 20 8 10	のっぺい汁	里芋 木綿豆腐 人参 皮剥 小葱 濃口醤油 食塩 煮干しだし	30 30 10 2 5 0.2 150	ブロッコリー	ブロッコリー マヨネーズ	60 8	ゼリー	ももゼリー	40	南瓜のサラダ	西洋かぼちゃ() きゅうり(皮な) 玉葱 ゆで マヨネーズ	50 15 10 10
	果物	みかん缶詰(果)	40	すまし汁	木綿豆腐 葱 淡口醤油 食塩 昆布だし かつおだし	25 2 5 0.2 75 75	清汁	さやえんどう かぶ 皮剥 淡口醤油 食塩 昆布だし かつおだし	5 20 5 0.2 75 75				とろろ汁	きょうな なが芋 淡口醤油 食塩 煮干しだし	10 40 5 0.2 150			スープ	玉葱 貝割大根・芽 コンソメ 食塩	40 5 0.5 0.5	
栄養価	1720 kcal 蛋白質 71.2 g 脂質 41.8 g 炭水化 255.6 g 塩分 7.9 g	1748 kcal 蛋白質 68.8 g 脂質 35.2 g 炭水化 281.3 g 塩分 7.5 g	1715 kcal 蛋白質 69.8 g 脂質 37.0 g 炭水化 265.1 g 塩分 7.6 g	1700 kcal 蛋白質 68.6 g 脂質 35.2 g 炭水化 266.8 g 塩分 7.9 g	1760 kcal 蛋白質 71.9 g 脂質 40.4 g 炭水化 267.1 g 塩分 7.7 g	1754 kcal 蛋白質 73.1 g 脂質 35.5 g 炭水化 277.4 g 塩分 7.3 g	1767 kcal 蛋白質 66.4 g 脂質 40.2 g 炭水化 274.4 g 塩分 7.5 g														

献立表(週間)

潰瘍1

		1月29日(火)		1月30日(水)		1月31日(木)		2月1日(金)		2月2日(土)		2月3日(日)		2月4日(月)	
朝	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84						
	五目煮	大根 皮剥	50	鮭甘塩	秋鮭塩焼き(骨	20	きんぴ	じゃが芋	40						
		人参 皮剥	10	焼き	しそ	1	ら風	人参 皮剥	10						
		さやいんげん(10					濃口醤油	5						
		濃口醤油	5	人参と	小松菜 ゆで	40		上白糖	1						
		上白糖	1	小松菜	人参 皮剥(ゆ	15									
		煮干しだし	20	のナム	減塩しょうゆ(2.5	卵焼き	冷凍全卵	50						
				ル	上白糖	1		食塩	0.2						
	塩たら	たらこ	10					上白糖	0.1						
	こ	しそ	1	ソテー	キャベツ	60		無塩バター	1						
					ピーマン	10		パセリ	1						
	白菜の	白菜	60		無塩バター	1									
	お浸し	濃口醤油	2.5		食塩	0.5	野菜サ	カリフラワー	30						
		かつお節	0.5				ラダ	玉葱	10						
				みそ汁	貝割大根・芽	5		黄ピーマン	5						
	みそ汁	木綿豆腐	30		豆麩	2		上白糖	0.5						
		小葱	2		淡色辛みそ	10		食塩	0.2						
		淡色辛みそ	10		煮干しだし	150									
		煮干しだし	150				みそ汁	キャベツ	30						
	ホット	牛乳 1000m l	180	ホット	牛乳 1000m l	180		棒麩	2						
	ミルク			ミルク				淡色辛みそ	10						
								煮干しだし	150						
							ホット	牛乳 1000m l	180						
							ミルク								
昼	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84						
	グラタ	若鶏もも 皮な	30	味噌炒	若鶏もも 皮な	30	ハヤシ	若鶏むね皮なし	40						
	ン	玉葱	30	め	なす(皮なし)	60	シチュ	玉葱	100						
		有塩バター	6		ピーマン	10	ー	無塩バター	3						
		薄力粉 1等	10		赤ピーマン	10		ハヤシフレーク	9						
		牛乳 1000m l	80		黄ピーマン	10		ウスターソース	2.5						
		コンソメ	0.5		無塩バター	3		ケチャップ	2.5						
		食塩	0.3		減塩みそ	7		上白糖	1						
		パン粉(乾燥)	3		みりん風調味料	3		無塩バター	3						
		パルメザンチー	0.1		上白糖	2									
					合成清酒	1	グリー	レタス	20						
	フレン	キャベツ ゆで	40				ンサラ	ブロッコリー	40						
	チサラ	黄ピーマン	5	サラダ	レタス	10	ダ	トマト(皮なし	15						
	ダ	トマト(皮なし	20		きゅうり(皮な	40		マヨネーズパッ	10						
		鶏卵	25		はつかだいこん	5									
		マヨネーズパッ	10		マヨネーズパッ	10	中華風	緑豆春雨	5						
							春雨ス	絹ごし豆腐	25						
	マッシ	じゃが芋	40	煮物	西洋かぼちゃ(40	ーブ	葱	10						
	ュポテ	食塩	0.3		いんげん ゆで	20		中華味	0.5						
	ト				減塩しょうゆ(5		食塩	0.5						
					上白糖	1									
	果物	りんご 缶詰	40		煮干しだし	15	果物	みかん缶詰(果	40						

