

献立表(週間)

透析 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	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																		
	おせち 盛合せ	味付け数の子 (10 削り節 0.2 田作り 4 べにざけ 15g 15 食塩 0.1 北海道黒豆 10 ちよろぎ酢漬 (3 ちよろぎ酢漬 (3 しそ (ゆで) 1	10 0.2 4 15 0.1 10 3 3 1	ダシ入 り卵焼 き	鶏卵 25 食塩 0.1 上白糖 0.5 かつおだし 5 菜種油 0.5 しそ (ゆで) 1 アスパラ酢漬 (3 アスパラ酢漬 (3	25 0.1 0.5 5 0.5 1 3 3	五目煮	さつま揚げ 20 大根 皮剥 (ゆ 50 人参 皮剥 (ゆ 10 乾椎茸 (ゆで) 0.5 さやいんげん (10 減塩しょうゆ (2.5 上白糖 1 煮干しだし 20	20 50 10 0.5 10 2.5 1 20	ツナと ライトツナ缶 (20 玉葱 玉葱 ゆで 20 炒め物 赤ピーマン (ゆ 5 グリーンピース 3 菜種油 2 中華味 0.5 食塩 0.3 白こしょう 0.01	20 20 5 3 2 0.5 0.3 0.01	米飯	精白米	70	卵とじ 冷凍全卵 50 玉葱 ゆで 30 さやいんげん (15 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 30	50 30 15 5 1 2.5 30	アスパ ラのソ テー	グリーンアスパ 20 赤ピーマン (ゆ 5 無塩バター 1 食塩 0.2 白こしょう 0.01	20 5 1 0.2 0.01	米飯	精白米	70	中華炒 め 人参 皮剥 (ゆ 10 菜種油 1 中華味 0.5 減塩しょうゆ (2.5 上白糖 0.5	40 10 1 2.5 0.5	もやし ゆで 40 玉葱 ゆで 20 人参 皮剥 (ゆ 10 菜種油 1 中華味 0.5 減塩しょうゆ (2.5 上白糖 0.5	40 20 10 1 0.5 2.5 0.5													
	お浸し	白菜 (ゆで) 60 減塩しょうゆ (2.5 削り節 0.2	60 2.5 0.2	チンゲ ン菜の 炒め煮	チンゲンサイ 40 玉葱 ゆで 20 赤ピーマン (ゆ 10 菜種油 1 減塩しょうゆ (5 上白糖 0.5	40 20 10 1 5 0.5	塩たら こ	たらこ 5 しそ (ゆで) 1 ナムル 白菜 (ゆで) 30 減塩しょうゆ (2.5 かつお節 0.5	5 1 10 30 2.5 0.5	人参と きょうな ゆで 10 人参 皮剥 (ゆ 10 減塩しょうゆ (2.5 穀物酢 5 上白糖 2 ごま油 1	30 10 10 5 2 1	米飯	精白米	70	チンゲ ン菜の 炒め煮	はんぺん 10 チンゲンサイ 40 人参 皮剥 (ゆ 10 菜種油 1 減塩しょうゆ (2.5 上白糖 1 ごま 1	10 40 10 1 2.5 1 1	おおか か 和え	大根 皮剥 (ゆ 20 キャベツ ゆで 20 食塩 0.1 濃口醤油 1 上白糖 0.5 削り節 0.3	20 20 0.1 1 0.5 0.3	米飯	精白米	70	納豆 葱 (ゆで) 2 減塩正油パック 5 きゅう りの酢 物の 上白糖 3 減塩しょうゆ (2.5	20 2 5 5 5 3 2.5	もやし ゆで 20 人参 皮剥 (ゆ 5 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ (2.5	20 5 5 3 2.5												
	雑煮	やわらか福もち 10 大根 皮剥 (ゆ 20 人参 皮剥 (ゆ 10 生椎茸 10 減塩しょうゆ (7.5 かつお・昆布だ 150 糸みつば ゆで 3	10 20 10 10 7.5 150 3	梅和え	梅干し (調味漬 2 みりん風調味料 2.5 きゅうり (ゆで 40	2 2.5 40	みそ汁	木綿豆腐 30 小葱 (ゆで) 2 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	30 2 10 150	味付け のり 煮	味付けのり 1 減塩あまのり佃 8	1 8	米飯	精白米	70	みそ汁 小松菜 ゆで 30 えのき茸 10 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	30 10 10 150	みそ汁	ほうれん草 (ゆ 20 もやし ゆで 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	20 20 10 150	米飯	精白米	70	みそ汁 大根 葉 (ゆで 10 キャベツ ゆで 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	10 20 10 150														
	パイナ ップル ゼリー	パイナ (濃縮還 50 水 20 上白糖 5 ゼラチン寒天 1.5 水 10 クリーム (植物 20 上白糖 3	50 20 5 1.5 10 20 3	牛乳	牛乳 100	100	牛乳	牛乳 100	100	味付け のり 煮	味付けのり 1 減塩あまのり佃 8	1 8	米飯	精白米	70	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	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	そば	そば ゆで 180 鶏卵 12.5	180 12.5	米飯	精白米	70	精白米	70																
	盛合せ 弁当	有頭えび 20 大根 皮剥 (ゆ 30 板こんにやく 60 人参 皮剥 (ゆ 20 乾椎茸 1 減塩しょうゆ (5 上白糖 1 合成清酒 2 かつおだし 30 さやえんどう (4 かぶ 皮剥 (ゆ 30 人参 皮剥 (ゆ 8 穀物酢 5 上白糖 3 食塩 0.2 さつま芋 (ゆで 30	20 30 60 20 1 5 1 2 30 4 30 8 5 3 0.2 30	豚カツ	豚もも 脂身な 30 食塩 0.1 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 10 キャベツ ゆで 30 トマト (ゆで) 30 ソースパック 5	30 0.1 0.01 5 3 8 10 30 5	魚のご ま照り 焼き	ぶり・30g 30 減塩しょうゆ (5 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 いりごま 0.5 トマト (ゆで) 15 サラダ菜 (ゆで 5	30 5 1 2.5 0.5 15 5	魚の香 草焼き	まだら・50g 50 食塩 0.2 白こしょう 0.01 パン粉 (乾燥) 1 タイム 0.1 パセリ (粉) 0.1 無塩バター 3 オリーブ油 3 サニーレタス 3 ソースパック 5	50 0.2 0.01 1 0.1 0.1 3 3 5	米飯	精白米	70	魚三五 八焼き	ほっけ (三五八 40 大根 皮剥 (ゆ 40 しそ (ゆで) 1 減塩正油パック 5	40 40 1 5	そば	そば ゆで 180 鶏卵 12.5 蒸しかまぼこ 10 ほうれん草 (ゆ 20 葱 (ゆで) 5 かつお・昆布だ 170 めんみ 1.8L 10	180 12.5 10 20 5 170 10	米飯	精白米	70	揚げ鶏 のあん かけ	若鶏もも 皮な 40 片栗粉 2 菜種油 5 玉葱 ゆで 50 ぶなしめじ 20 もやし ゆで 20 木綿豆腐 50 片栗粉 2 菜種油 6 減塩しょうゆ (7.5 上白糖 1 合成清酒 2.5 みりん風調味料 2.5 煮干しだし 30 生姜 3	40 2 5 50 20 20 50 2 6 7.5 1 2.5 2.5 30 3	炊合せ	大根 皮剥 (ゆ 15 たけのこ 水煮 20 生椎茸 5 人参 皮剥 (ゆ 10 減塩しょうゆ (5	15 20 5 10 5	和え物	きゅうり (ゆで 20 春雨 3 かにかま 5 減塩しょうゆ (2.5	20 3 5 2.5	煮	さつま芋 (ゆで 40 上白糖 2.5	40 2.5	煮物	大根 皮剥 (ゆ 20	20

献立表(週間)

透析 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	無塩バター	5	上白糖	1	ラダ	きゅうり(ゆで	20	上白糖	1	上白糖	0.5	レモン(果汁)	1.5	人参 皮剥(ゆ	15					
	上白糖	2.5	みりん風調味料	2.5	みりん	人参 皮剥(ゆ	5	合成清酒	2.5	ごま油	0.5			さやいんげん(15					
	食塩	0.1	煮干しだし	15	マヨネーズ	10	白こしょう	0.01	煮干しだし	15	酒蒸し	あさり	18	え	生椎茸 ゆで	20				
	くり 甘露煮	5													エリンギ	20				
	蒸しかまぼこ	10	酢の物	かぶ 皮剥(ゆ	40	キャベ	キャベツ ゆで	20	ツサラ	きゅうり(ゆで	5	合成清酒	5	さやいんげん(20	煮干しだし	15			
	蒸しかまぼこ	10		きゅうり(ゆで	10	果物	パイン缶詰	40	ダ	人参 皮剥(ゆ	3	食塩	0.1	いりごま	0.5					
	にしん昆布巻	10		人参 皮剥(ゆ	5		穀物酢	5		マヨネーズ	8	小葱	3	減塩しょうゆ(2.5	お浸し	白菜(ゆで)	30		
	きゅうり(ゆで	20		上白糖	3		上白糖	3		ケチャップ	2	果物	りんご 缶詰	40	上白糖	0.5		減塩しょうゆ(2.5	
	食塩	0.2		食塩	0.2		食塩	0.2		スィートコーン	5		クリーム(植物	20	果物	みかん缶詰(果	40		削り節	0.3
	生姜	0.2							お浸し	ほうれん草(ゆ	40		上白糖	2			バター	生椎茸 ゆで	20	
	もも缶(果肉)	40	温野菜	スナッフえんど	20					減塩しょうゆ(5						焼き	無塩バター	2	
	みかん缶詰(果	30	サラダ	カリフラワー	30					ぶどう 缶詰	40							食塩	0.2	
	味噌煮	大根 葉(ゆで	20	マヨネーズパッ	10													さやえんどう(5	
	じゃが芋 ゆで	15																		
	減塩みそ	5	果物	みかん缶詰(果	40												果物	もも缶(果肉)	40	
煮干しだし	15																			
夕	米飯	精白米	70	ちらし	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		
				寿司	穀物酢	8														
	西京焼	ぎんだら	40	上白糖	5	天ぷら	きす	20	豚生姜	豚かたロース	40	肉団子	鶏ひき肉	20	チキン	若鶏もも 皮な	40	海鮮炒	するめいか	15
		減塩みそ	5	食塩	0.4	かぼちゃ(ゆで	20	焼き	減塩しょうゆ(5	の甘酢	玉葱 ゆで	30	ソテー	食塩	0.2	め	尾なしえび	15	
		みりん風調味料	3	鶏卵	25	ししとうがらし	6		上白糖	1	あんか	鶏卵	3		白こしょう	0.01		若鶏むね皮なし	15	
		上白糖	2	食塩	0.1	生椎茸 ゆで	10		合成清酒	2.5	け	食塩	0.1		菜種油	2		さやいんげん(10	
		調合油	2	上白糖	0.2	薄力粉 1等	15		生姜	3		白こしょう	0.01		キャベツ ゆで	30		玉葱 ゆで	20	
		大根 皮剥(ゆ	20	菜種油	0.5	鶏卵	5		菜種油	2		薄力粉 1等	3		トマト(ゆで)	15		きくらげ(乾)	1	
		しょうが(甘酢	5	かんびょう	1	菜種油	13		ブロッコリー	40		玉葱 ゆで	50		マヨネーズパッ	10		人参 皮剥(ゆ	10	
		しそ(ゆで)	1	かつお・昆布だ	10	青菜ソ	チンゲンサイ	60	マヨネーズパッ	10		人参 皮剥(ゆ	20					グリーンピース	3	
		お煮し	ながが芋(ゆで)	20	濃口醤油	1	テー	ぶなしめじ(ゆ	10	れんこ	れんこん ゆで	50		菜種油	0.5	とびっ	大根 皮剥(ゆ	20	菜種油	3
	め	たけのこ 水煮	20	上白糖	1		無塩バター	0	ん炒煮	減塩しょうゆ(5		減塩しょうゆ(5	こ和え	人参 皮剥(ゆ	3	減塩しょうゆ(5	
		人参 皮剥(ゆ	10	尾なしえび	20		食塩	0.3		菜種油	1		上白糖	1		小松菜 ゆで	5	減塩しょうゆ(2.5	
		さやいんげん(5	さやえんどう(5		白こしょう	0.01		減塩しょうゆ(2.5		片栗粉	1		減塩しょうゆ(2.5	上白糖	0.01	
		真昆布	1	でんぶ	1					上白糖	0.5		穀物酢	5		上白糖	0.5	上白糖	1	
	減塩しょうゆ(5	菜の花	和種なばな ゆ	50	胡瓜の	きゅうり(ゆで	40	とうがらし 乾	0.1		小葱(ゆで)	5		とびっこ	5	合成清酒	2.5		
	上白糖	1	お浸し	減塩しょうゆ(2.5	辛し和	ホワイトツナ缶	10						サラダ	きゅうり(ゆで	30	片栗粉	2		
	合成清酒	2	削り節	0.5	え	減塩しょうゆ(2.5	おろし	大根 皮剥(ゆ	40	わかめ	カットわかめ	1		レタス(ゆで)	20	うずら卵 水煮	10		
	かつおだし	30				粉辛子	0.2	和え	なめこ	20	の煮物	油揚げ	10		玉葱 ゆで	10				
			南瓜の	西洋かぼちゃ(50	茶碗蒸	くり 甘露煮	6				人参 皮剥(ゆ	5		穀物酢	5	揚げ茄	なす(ゆで)	30	
和え物	きゅうり(ゆで	40	煮物	減塩しょうゆ(2.5	し	乾椎茸(ゆで)	0.3				さやえんどう(5		ごま油	3	子	菜種油	5	
	カットわかめ	0.5		上白糖	1		ほうれん草(ゆ	10	ソテー	玉葱 ゆで	40		菜種油	1		減塩しょうゆ(2.5	生姜(ゆで)	1	
	マヨネーズ	10	梔子	生麩(梅)	10	鶏卵	かつお・昆布だ	90		人参 皮剥(ゆ	10		減塩しょうゆ(2.5		おろししょうが	1	小葱(ゆで)	3	
蓋物	手まり麩	10		糸みつば ゆで	5		淡口醤油	2.5		菜種油	1		上白糖	0.5	ゼリー	青りんごゼリー	60	きのこ	ぶなしめじ(ゆ	10
	和種なばな ゆ	20		かつお・昆布だ	50		食塩	0.3		コンソメ	0.5		味噌煮				えのき茸(水煮	10	まいたけ(ゆで	10
	減塩しょうゆ(2.5		減塩しょうゆ(5		合成清酒	1		白こしょう	0.01						エリンギ	10	いりごま	1
	かつお・昆布だ	30		食塩	0.2		みりん風調味料	1					煮干しだし	10			え	マヨネーズ	8	

献立表(週間)

透析 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	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	ほっけ・20g	20	野菜卵	キャベツ ゆで	80	鶏肉照	若鶏もも 皮な	20	中華炒	若鶏ささ身	20	焼き魚	ほっけ開き	20	豆腐煮	焼き豆腐	50	干草焼	冷凍全卵	20		
		大根 皮剥(ゆ)	40	とじ	人参 皮剥(ゆ)	10	焼き	減塩しょうゆ(2.5	め	玉葱 ゆで	20		大根 皮剥(ゆ)	40		人参 皮剥(ゆ)	15	き	上白糖	0.5		
		しそ	1		さやいんげん(10		上白糖	0.5		人参 皮剥(ゆ)	10		しそ	0.5		減塩しょうゆ(2.5		食塩	0.15		
		減塩しょうゆ(2.5		かつおだし	20		みりん風調味料	1		キャベツ ゆで	30		減塩しょうゆ(2.5		上白糖	0.5		小松菜 ゆで	5		
	野菜ソ	キャベツ ゆで	30		食塩	0.8		ブロッコリー	10		さやえんどう(5		煮干しだし	30		煮干しだし	30		玉葱 ゆで	5		
	テー	きょうな ゆで	10		冷凍全卵	50		カリフラワー	10		ごま油	3	とろろ	なが芋(ゆで)	30		ソテー	キャベツ ゆで	20		人参 皮剥(ゆ)	10	
		菜種油	1	和え物	きゅうり(ゆで)	30		マヨネーズパッ	10		減塩しょうゆ(5	芋	煮干しだし	5		ソテー	人参 皮剥(ゆ)	10	切干大	切干し大根	3	
		食塩	0.3		カットわかめ	0.5	もやし	もやし ゆで	30		白こしょう	0.01		減塩しょうゆ(2.5		ピーマン(ゆで)	10	根の炒	人参 皮剥(ゆ)	10		
		白こしょう	0.01		めんつゆ(スト	1	の炒煮	人参 皮剥(ゆ)	10		片栗粉	1		焼きのり	0.2		菜種油	1	煮	油揚げ	3		
	梅肉和	白菜(ゆで)	40		マヨネーズ	5	油揚げ	油揚げ	5	塩たら	たらこ	5	みそ汁	キャベツ ゆで	30		食塩	0.2		菜種油	2		
	え	梅干し(調味漬	5	切り干し	切干し大根	4	減塩しょうゆ(減塩しょうゆ(2.5	こ	しそ(ゆで)	0.5		生椎茸 ゆで	5		白こしょう	0.01		減塩しょうゆ(5		
		みりん風調味料	2.5	し大根	油揚げ	5	上白糖	上白糖	0.5	えのき	えのき茸	20		淡色辛みそ	10		味付け	味付けのり	1		上白糖	1	
		の炒め		の炒め	菜種油	1		えのき	と胡瓜		きゅうり(ゆで)	40		煮干しだし	150		のり			煮干しだし	15		
	みそ汁	ほうれん草(ゆ	30	煮	減塩しょうゆ(5	白菜の	白菜(ゆで)	50	和え	食塩	0.2	漬物	なす しば漬	10		みそ汁	みそ汁	白菜(ゆで)	30			
		葱(ゆで)	5		上白糖	1	香味和	しそ(ゆで)	0.5	物	みりん風調味料	1					みそ汁	玉葱 ゆで	20	棒麩	1		
		淡色辛みそ	10		煮干しだし	15	え	ゆかり	0.5	みそ汁	もやし ゆで	20	牛乳	牛乳	100			大根 葉(ゆで)	10	淡色辛みそ	10		
		煮干しだし	150	みそ汁	玉葱 ゆで	20	みそ汁	いわのり	2		小葱(ゆで)	5						淡色辛みそ	10	煮干しだし	150		
	牛乳	牛乳	100		さやえんどう(5		小葱(ゆで)	2		淡色辛みそ	10						煮干しだし	150	漬物あ	たくあん漬(干	5	
					淡色辛みそ	10		淡色辛みそ	10		煮干しだし	150						牛乳	牛乳	100	え	きゅうり(ゆで)	30
					煮干しだし	150		煮干しだし	150									牛乳	牛乳	100		牛乳	100
				牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100														
昼	パン	胚芽ロール	48	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	塩ラー	中華めん ゆで	170	赤飯	精白米	35		
		ホテルブレッド	40												メン	豚もも 赤肉	20		もち米	35			
	スープ	じゃが芋 ゆで	30	魚バタ	まだら・30g	30	豆腐海	木綿豆腐	25	鶏肉の	若鶏もも 皮な	30	揚げ出	木綿豆腐	75		菜種油	1		あずき 全粒・	6		
	煮	ブロッコリー	15	一焼き	食塩	0.15	鮮あん	ベビーホタテ	10	塩麴焼	塩こうじ	1.5	し豆腐	片栗粉	5		生姜(ゆで)	2		ごま塩 1.8g	1.8		
		キャベツ ゆで	10		白こしょう	0.01	かけ	むきエビ	20	き	菜種油	1		菜種油	6		減塩しょうゆ(2.5					
		人参 皮剥(ゆ)	10		無塩バター	4		あさり	10		ブロッコリー	20		減塩しょうゆ(5		上白糖	1	鯛の塩	あまだい	20		
		コンソメ	0.5		もやし ゆで	30		玉葱 ゆで	30		マヨネーズパッ	10		食塩	0.1		合成清酒	2.5	焼き	食塩	0.1		
		白こしょう	0.01		ピーマン(ゆで)	5		人参 皮剥(ゆ)	10					みりん風調味料	2.5		しなちく	5		サラダ菜(ゆで)	5		
	ピーマ	赤ピーマン(ゆ	10		菜種油	2		ピーマン(ゆで)	10	南瓜煮	西洋かぼちゃ(35		煮干しだし	30		なると	5		大根 皮剥(ゆ)	30		
	ンソテ	黄ピーマン(ゆ	10		食塩	0.2		中華味	0.5	物	濃口醤油	1.25		生姜(ゆで)	3		鶏卵	25		減塩正油パック	5		
	ー	ピーマン(ゆで)	10	酢の物	白こしょう	0.03		食塩	0.3		上白糖	0.5		ししとうがらし	5		小葱(ゆで)	3					
		オリーブ油	1		なが芋 水煮	30		白こしょう	0.01		かつおだし	7.5		貝割大根(ゆで)	3		鶏ガラスープ	2	酢の物	なが芋(ゆで)	40		
		食塩	0.3		きゅうり(ゆで)	5		片栗粉	1	こんに	つきこんにやく	40	みそ炒	若鶏もも 皮な	20		食塩	0.3		きゅうり(ゆで)	10		
		白こしょう	0.01		上白糖	3	豚肉と	豚ばら	30	やくの	えんどう ゆで	5	め	ピーマン(ゆで)	10		白こしょう	0.01		上白糖	3		
	サラダ	レタス(ゆで)	30		穀物酢	2.5	大根の	大根 皮剥(ゆ)	20	炒め煮	菜種油	3		赤ピーマン(ゆ)	10	鶏のか	若鶏もも 皮な	20		穀物酢	5		
		人参 皮剥(ゆ)	5	なす味	なす(ゆで)	20	煮物	人参 皮剥(ゆ)	10		濃口醤油	2.5		黄ピーマン(ゆ)	10	ら揚げ	減塩しょうゆ(2.5		食塩	0.2		
		マヨネーズパッ	10	噌炒め	玉葱 ゆで	20		菜種油	1		上白糖	0.5		菜種油	1		白こしょう	0.01	三色炒	ブロッコリー	40		
					人参 皮剥(ゆ)	5		減塩しょうゆ(5		かつおだし	0.5		減塩みそ	6		合成清酒	1	め	黄ピーマン(ゆ)	8		
	コーン	クリームスタイ	20		乾椎茸	0.3		みりん風調味料	2.5	白菜の	白菜(ゆで)	60		上白糖	2		薄力粉 1等	4		赤ピーマン(ゆ)	8		
								煮干しだし	15	お浸し	減塩しょうゆ(2.5	玉葱の	玉葱 ゆで	20		菜種油	8		菜種油	1		
																	サラダ菜(ゆで)	3		食塩	0.3		

献立表(週間)

透析 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	ポター ジュ	玉葱 薄力粉 1等 無塩バター 牛乳 コンソメ 食塩 白こしょう	15 3.5 2.5 50 0.25 0.15 0.01		菜種油 減塩みそ 上白糖	3 4 2		さやえんどう	4		かつおだし	1	マリネ	人参 皮剥 (ゆ オリーブ油 穀物酢 食塩 白こしょう パセリ (粉)	5 3 5 0.2 0.01 0.1		マヨネーズ	5		白こしょう	0.01						
	果物	西洋なし (缶詰)	40	煮物	凍り豆腐 減塩しょうゆ (上白糖 かつお・昆布だ 小葱 (ゆで)	4 2.5 1 10 5	味噌炒め	さやいんげん (玉葱 ゆで 人参 皮剥 (ゆ 無塩バター 減塩みそ	30 30 10 3 4	果物	みかん缶詰 (果	40	ソテー	さやえんどう (えのき茸 (水煮 菜種油 食塩	20 20 1 0.2	なます	大根 皮剥 (ゆ 人参 皮剥 (ゆ 穀物酢 上白糖 食塩	50 5 5 3 0.2	果物	りんご 缶詰	40						
				果物	黄桃缶 クリーム (植物 マービー 液状	40 20 5	果物	りんご 缶詰	40	果物			果物	西洋なし (缶詰)	40	焼き芋	さつま芋 (ゆで	30	果物	黄桃缶	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						
	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	40 50 30 15 30 8 10 3 7.5 2 2.5	鶏肉の香味だ れ	若鶏もも 皮な 食塩 白こしょう 低蛋白小麦粉 ごま油 上白糖 減塩しょうゆ (穀物酢 みりん風調味料 葱 (ゆで) 生姜 (ゆで) 大根 皮剥 (ゆ サラダ菜 (ゆで	30 0.15 0.01 3 3 1 5 2.5 2.5 5 2 20 5	塩焼き	さば・20g 大根 皮剥 (ゆ しそ 減塩正油パック	20 40 1 5	チャー ン 焼 き	さけ・30g 淡色辛みそ みりん風調味料 生姜 (ゆで) キャベツ ゆで 玉葱 ゆで 人参 皮剥 (ゆ ぶなしめじ (ゆ ピーマン (ゆで	30 8 2.5 1 50 10 10 10 5	肉じゃ が	豚ももスライス じゃが芋 ゆで 玉葱 ゆで 人参 皮剥 (ゆ しらたき さやえんどう (菜種油 減塩しょうゆ (上白糖 合成清酒 煮干しだし	30 40 40 20 30 5 2 2.5 30	焼き魚 きのこ 添え	すずき・20g 食塩 白こしょう ぶなしめじ (ゆ 生椎茸 ゆで まいたけ (ゆで 菜種油 減塩しょうゆ (合成清酒 みりん風調味料 小葱 (ゆで) 減塩正油パック	20 0.1 0.01 10 10 10 2 2.5 2.5 2.5 3	チキン カツ	若鶏もも 皮な 食塩 白こしょう 薄力粉 1等 鶏卵 パン粉 (乾燥) 菜種油 ブリーツレタス カリフラワー ケチャップパッ	30 0.1 0.01 4 3 3 10 5 5 8		わかめ 酢正油	きゅうり (ゆで カットわかめ 穀物酢 上白糖 減塩しょうゆ (生姜 (ゆで)	20 0.5 5 3 2.5 1.5		
	ゴマ味 噌和え	スナッブえんど 減塩みそ 上白糖 みりん風調味料 いりごま	30 6 1 2.5 1	炊き合 わせ	じゃが芋 ゆで 人参 皮剥 (ゆ さやえんどう (減塩しょうゆ (上白糖 昆布だし	40 20 4 5 1 15	もずく の酢物	もずく 生姜 (ゆで) 穀物酢 減塩しょうゆ (上白糖	50 2 5 2.5 3	煮物	大根 皮剥 (ゆ 人参 皮剥 (ゆ さやえんどう (減塩しょうゆ (上白糖 かつおだし	25 7.5 2.5 2.5 0.5 7.5	煮物	大根 皮剥 (ゆ 人参 皮剥 (ゆ さやえんどう (減塩しょうゆ (上白糖 かつおだし	25 7.5 2.5 2.5 0.5 7.5	おから の炒り 煮	おから (新製法 ひじき 乾椎茸 人参 皮剥 (ゆ 葱 (ゆで) 菜種油 減塩しょうゆ (上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	20 0.5 0.5 5 5 3 2.5 0.5 2.5 15	白和え	木綿豆腐 いりごま 淡色辛みそ 上白糖 ほうれん草 (ゆ 人参 皮剥 (ゆ	20 1.5 6 4 25 10						
	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	和え物	めかぶわかめ 減塩しょうゆ (上白糖	30 2.5 0.5	梔物	茶そば 葱 (ゆで) 乾椎茸 減塩しょうゆ (かつお・昆布だ	20 5 0.5 5 30	おしる こ	やわらか福もち あずき 全粒・ 上白糖 食塩	40 15 15 0.1	煮物	乾椎茸 えのき茸 ぶなしめじ 減塩しょうゆ (上白糖	0.5 20 30 2.5 0.5	デザート	粉飴ムス (ラ・フアン マヨネーズパッ	58 10	デザート	粉飴ムス (ラ・フアン マヨネーズパッ	58 10	鳴門煮	カットわかめ 大根 皮剥 (ゆ 葱 (ゆで) 減塩しょうゆ (煮干しだし	0.5 40 5 2.5 15	エリン ギソテ ー	エリンギ にら 葉・ゆで オリーブ油 減塩しょうゆ (白こしょう	30 10 1 2.5 0.01

献立表(週間)

透析 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)
栄養 価	エネルギー - 1478 kcal 蛋白質 46.8 g	エネルギー - 1512 kcal 蛋白質 49.4 g	エネルギー - 1480 kcal 蛋白質 49.3 g	エネルギー - 1524 kcal 蛋白質 49.2 g	エネルギー - 1555 kcal 蛋白質 46.5 g	エネルギー - 1482 kcal 蛋白質 49.9 g	エネルギー - 1534 kcal 蛋白質 44.0 g
	脂質 38.6 g 炭水化 234.6 g	脂質 42.0 g 炭水化 227.9 g	脂質 37.9 g 炭水化 227.8 g	脂質 33.4 g 炭水化 252.4 g	脂質 41.7 g 炭水化 244.5 g	脂質 42.4 g 炭水化 215.2 g	脂質 40.1 g 炭水化 244.4 g
	塩分 5.6 g	塩分 5.7 g	塩分 5.6 g	塩分 5.2 g	塩分 5.3 g	塩分 5.8 g	塩分 5.5 g

献立表(週間)

透析 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 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		
	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	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	炒り豆 50 腐 50 葱(ゆで) 10 人参 皮剥(ゆ 10 菜種油 2 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15	木綿豆腐 50 キャベツ ゆで 50 葱(ゆで) 10 人参 皮剥(ゆ 10 菜種油 2 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15	大根煮 20 物 5 人参 皮剥(ゆ 8 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 1 煮干しだし 15 さやえんどう(3	卵豆腐 20 冷凍全卵 20 煮干しだし 40 食塩 0.2 生姜 2 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 1 片栗粉 0.2 しそ 0.5	炒煮 50 もやし ゆで 50 人参 皮剥(ゆ 10 菜種油 1 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 納豆 20 挽きわり納豆 20 減塩正油パック 5	豆腐の 50 あんか 5 け 2 減塩しょうゆ(1 鶏ガラスープ 0.2 片栗粉 1	もやし ゆで 50 人参 皮剥(ゆ 10 菜種油 1 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 すり白ゴマ 1	フゲン 50 チンゲンサイ 50 菜の炒 10 め物 20 いたやがい 3 ごま油 0.2 食塩 0.2 白こしょう 0.01	塩たら 5 こと湯 2 葉和え 1 減塩しょうゆ(2.5 片栗粉 1	たらこ 5 しそ 0.5 和種なばな ゆ 30 湯葉 干し 1 減塩しょうゆ(2.5 野菜炒 50 キャベツ ゆで 10 ピーマン(ゆで 10 人参 皮剥(ゆ 10 菜種油 1 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 のり佃 8 煮 1 みそ汁 1 棒麩 0.5 カットわかめ 10 淡色辛みそ 150 煮干しだし 150		
	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	ゴマ和 え	さやいんげん(20 キャベツ ゆで 30 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 ごま 1	さつま 30 さつま芋(ゆで 2.5 芋煮 0.5 煮干しだし 5 小葱(ゆで) 1.5	卵豆腐 20 冷凍全卵 20 煮干しだし 40 食塩 0.2 生姜 2 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 1 片栗粉 0.2 しそ 0.5	みそ汁 20 大根 葉(ゆで 10 ぶなしめじ(ゆ 10 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	牛乳 100 牛乳 100	ゴマ和 え	ブロccoli 50 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 すり白ゴマ 1	みそ汁 20 チンゲンサイ 40 じゃが芋 ゆで 10 淡色辛みそ 150	胡瓜の 30 酢の物 3 上白糖 2 食塩 0.1	きゅうり(ゆで 30 穀物酢 3 上白糖 2 食塩 0.1	のり佃 8 煮 1 みそ汁 1 棒麩 0.5 カットわかめ 10 淡色辛みそ 150 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	大根 葉(ゆで 5 なす(皮なし) 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	おかか 40 濃口醤油 2.5 上白糖 0.5 削り節 0.3	みそ汁 20 もやし ゆで 20 玉葱 ゆで 10 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	牛乳 100 牛乳 100	牛乳 100	みそ汁 20 大根 葉(ゆで 10 ぶなしめじ(ゆ 10 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	牛乳 100 牛乳 100	みそ汁 20 チンゲンサイ 40 じゃが芋 ゆで 10 淡色辛みそ 150	胡瓜の 30 酢の物 3 上白糖 2 食塩 0.1	きゅうり(ゆで 30 穀物酢 3 上白糖 2 食塩 0.1	のり佃 8 煮 1 みそ汁 1 棒麩 0.5 カットわかめ 10 淡色辛みそ 150 煮干しだし 150		
	梅漬け	梅干し(調味漬 5	松前漬	松前漬 15	和え	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁		
	牛乳	牛乳 100	牛乳	牛乳 100	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
昼	パン	メロンパン65g 65	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	五目う どん	たんぱく調整う どん	米飯	精白米 70
	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(5 穀物酢 5 レモン(果汁) 2 とうがらし 乾 0.5 ごま油 1 ブロccoli 20	チキン 40 ピカタ 0.2 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 3 鶏卵 5 レモン(果汁) 1 ケチャップ 5 ブロccoli 20 サニーレタス(4	若鶏もも 皮な 40 食塩 0.2 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 3 鶏卵 5 調合油 1 ケチャップ 5 ブロccoli 20 サニーレタス(4	魚の竜 40 田揚げ 5 合成清酒 2.5 みりん風調味料 2.5 生姜 1 薄力粉 1等 3 菜種油 6 サニーレタス 8	煮魚 20 まごがれい・20 20 生姜 3 減塩しょうゆ(10 上白糖 2 合成清酒 1.5 みりん風調味料 1.5 人参 皮剥(ゆ 10 スナッペンど 10	煮魚 20 まごがれい・20 20 生姜 3 減塩しょうゆ(10 上白糖 2 合成清酒 1.5 みりん風調味料 1.5 人参 皮剥(ゆ 10 スナッペンど 10	お浸し 20 ほうれん草(ゆ 30 減塩しょうゆ(2.5 きゅうり(ゆで 20 しそ 0.3 梅干し(調味漬 3 削り節 0.2	お浸し 20 ほうれん草(ゆ 30 減塩しょうゆ(2.5 きゅうり(ゆで 20 しそ 0.3 梅干し(調味漬 3 削り節 0.2	鶏卵 25 回鍋肉 20 ほうれん草(ゆ 20 さやえんどう(4 葱(ゆで) 5 かつお・昆布だ 170 めんみ 1.8L 8 ポテト 55 コロッ 8 ケ 20 ピーナ 60 ツ和え 5	たんぱく調整う どん 20 鶏卵 25 ほうれん草(ゆ 20 さやえんどう(4 葱(ゆで) 5 かつお・昆布だ 170 めんみ 1.8L 8 ポテト 55 コロッ 8 ケ 20 ピーナ 60 ツ和え 5	豚ばら 20 キャベツ ゆで 70 ピーマン(ゆで 10 葱(ゆで) 15 菜種油 2 減塩みそ 8 上白糖 1 トウバンジャン 1 南瓜の 30 煮物 10 かぼちゃ(ゆで 2.5 スナッペンど 15 煮干しだし 15	豚ばら 20 キャベツ ゆで 70 ピーマン(ゆで 10 葱(ゆで) 15 菜種油 2 減塩みそ 8 上白糖 1 トウバンジャン 1 南瓜の 30 煮物 10 かぼちゃ(ゆで 2.5 スナッペンど 15 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	豆腐あ んかけ	木綿豆腐 25 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	野菜炒 30 め 10 黄ピーマン(ゆ 5 菜種油 1 かき油 3 合成清酒 1 えのき茸 10	きょうな ゆで 30 ぶなしめじ 10 黄ピーマン(ゆ 5 菜種油 1 かき油 3 合成清酒 1 えのき茸 10	魚の竜 40 田揚げ 5 合成清酒 2.5 みりん風調味料 2.5 生姜 1 薄力粉 1等 3 菜種油 6 サニーレタス 8	煮魚 20 まごがれい・20 20 生姜 3 減塩しょうゆ(10 上白糖 2 合成清酒 1.5 みりん風調味料 1.5 人参 皮剥(ゆ 10 スナッペンど 10	お浸し 20 ほうれん草(ゆ 30 減塩しょうゆ(2.5 きゅうり(ゆで 20 しそ 0.3 梅干し(調味漬 3 削り節 0.2	お浸し 20 ほうれん草(ゆ 30 減塩しょうゆ(2.5 きゅうり(ゆで 20 しそ 0.3 梅干し(調味漬 3 削り節 0.2	ほうれん草(ゆ 40 ぶなしめじ 15 減塩しょうゆ(2.5	ほうれん草(ゆ 40 ぶなしめじ 15 減塩しょうゆ(2.5	ほうれん草(ゆ 40 ぶなしめじ 15 減塩しょうゆ(2.5			
									はんぺ	はんぺん	果物	黄桃缶	果物	黄桃缶		

献立表(週間)

透析 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		穀物酢 5 調合油 3 減塩しょうゆ(2.5 白こしょう 0.01	煮物	片栗粉 1 煮干しだし 15		白菜(ゆで) 40 減塩しょうゆ(2.5 かつおだし 1	野菜サ ラダ	カリフラワー 30 きゅうり(ゆで) 15 トマト(ゆで) 30 カットわかめ 0.5 いりごま 0.5	んまヨ ネーズ 焼き	マヨネーズ 10			揚げな す	なす(ゆで) 40 菜種油 5 小葱(ゆで) 2 減塩しょうゆ(2.5		
	オニオ ンソテ ー	玉葱 ゆで 30 ローズハム 5 人参 皮剥(ゆ 5 無塩バター 2 食塩 0.2 白こしょう 0.01	果物	大根 皮剥(ゆ 40 人参 皮剥(ゆ 20 減塩しょうゆ(5 みりん風調味料 1 煮干しだし 15	もずく 酢	もずく 50 レモン(果汁) 2 穀物酢 5 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 3		穀物酢 5 調合油 3 減塩しょうゆ(2.5 白こしょう 0.01	果物	ぶどう 缶詰 40			果物	みかん缶詰(果 40		
	フルー ツみつ 豆	フルーツみつ豆 90		もも缶(果肉) 40	果物	みかん缶詰(果 40	里芋田 楽	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	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70		
	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	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 10 薄力粉 1等 15 鶏卵 5 菜種油 15 減塩正油パック 5	魚南蛮 漬け	あじ・40g 40 薄力粉 1等 3 菜種油 8 玉葱 ゆで 40 人参 皮剥(ゆ 5 ピーマン(ゆで) 8 減塩しょうゆ(5 穀物酢 5 上白糖 2	豚の生 姜焼き	豚ロース(脂身) 30 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 5	チキン ハンバ ーグ	鶏ひき肉 50 パン粉(乾燥) 2 牛乳 5 食塩 0.3 玉葱 ゆで 50 人参 皮剥(ゆ 5 鶏卵 3 ケチャップ 5 人参 皮剥(ゆ 30 有塩バター 3 上白糖 0.5 ブロッコリー 30 マヨネーズ 10	焼き魚	そい 60g 60 食塩 0.3 しそ(ゆで) 0.5 大根 皮剥(ゆ 40 減塩正油パック 5	えびフ ライ	尾付きえび 20 かぼちゃ(ゆで) 20 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 トマト(ゆで) 15 サラダ菜(ゆで) 5 ソースパック 5		
	煮物	じゃが芋 ゆで 60 人参 皮剥(ゆ 20 減塩しょうゆ(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(3	おろし	大根 皮剥(ゆ 25 おろししょうが 5	そぼろ 煮	鶏ひき肉 15 じゃが芋 ゆで 30 さやいんげん(10 煮干しだし 15 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 5	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	あちゃ ら漬け	かぶ 皮剥(ゆ 30 人参 皮剥(ゆ 2.5 真昆布 0.15 減塩しょうゆ(1 上白糖 1.5 穀物酢 2.5 煮干しだし 0.5	野菜サ ラダ	きょうな ゆで 10 キャベツ ゆで 30 ミニトマト(ゆ 15 マヨネーズパッ 10	和え物	小松菜 ゆで 30 人参 皮剥(ゆ 10 減塩しょうゆ(2 煮干しだし 2.5	茶碗蒸 し	鶏卵 50 煮干しだし 50 かつおだし 50 若鶏ささ身 10 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
	酢の物	白菜(ゆで) 40 きゅうり(ゆで) 20 穀物酢 2.5 上白糖 1 食塩 0.2	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 0.3	サラダ	キャベツ ゆで 50 人参 皮剥(ゆ 5 マヨネーズ 10 レモン(果汁) 1.5 白こしょう 0.01	中華風 酢物	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 2 ごま油 1	海藻と 汁のチ ダ	かぶ 皮剥(ゆ 30 人参 皮剥(ゆ 2.5 減塩しょうゆ(1 上白糖 1.5 穀物酢 2.5 煮干しだし 0.5	ゼリー	はちみつレモン 60		もやし のナム ル	もやし ゆで 40 小松菜 ゆで 10 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	
	とろろ 和え	かつとろろ昆布 0.5 なが芋(ゆで) 40 小葱(ゆで) 1 減塩しょうゆ(2.5	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン) 58	ソテー	レタス(ゆで) 30 玉葱 ゆで 20 赤ピーマン(ゆ 5 菜種油 2 食塩 0.3 白こしょう 0.01								お浸し	白菜(ゆで) 50	

献立表(週間)

透析 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)	
夕										オニオンと舞茸ソテー 玉葱 ゆで 30 まいたけ(ゆで) 10 菜種油 1 食塩 0.2 白こしょう 0.01				減塩しょうゆ(2.5 かつお・昆布だ 5	
栄養価		1426 kcal 蛋白質 47.9 g 脂質 42.5 g 炭水化 204.8 g 塩分 5.7 g	1569 kcal 蛋白質 49.2 g 脂質 41.0 g 炭水化 242.8 g 塩分 5.4 g	1495 kcal 蛋白質 49.4 g 脂質 36.7 g 炭水化 234.9 g 塩分 5.1 g	1516 kcal 蛋白質 48.9 g 脂質 41.4 g 炭水化 225.9 g 塩分 5.5 g	1524 kcal 蛋白質 48.8 g 脂質 38.3 g 炭水化 240.6 g 塩分 5.9 g	1517 kcal 蛋白質 47.1 g 脂質 36.4 g 炭水化 245.6 g 塩分 5.8 g	1484 kcal 蛋白質 49.0 g 脂質 38.3 g 炭水化 228.0 g 塩分 5.7 g	ゼリー 青りんごゼリー 60						

献立表(週間)

透析 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)					
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			
	鮭マヨ	さけ水煮缶詰	20	野菜卵	キャベツ ゆで	50	小松菜	小松菜 ゆで	20	焼き魚	あじ・20g	20	切り干	切干し大根	3	豆腐	木綿豆腐	25	野菜炒	冷凍全卵	50			
	サラダ	大根 皮剥(ゆ)	50	とじ	人参 皮剥(ゆ)	5	の炒煮	赤ピーマン(ゆ)	10		食塩	0.1	し大根	人参 皮剥(ゆ)	10	野菜あ	玉葱 ゆで	30	り卵	かつおだし	5			
		しそ(ゆで)	0.5		冷凍全卵	20		油揚げ	10		しそ(ゆで)	1	の煮物	菜種油	1	んかけ	人参 皮剥(ゆ)	5		キャベツ ゆで	20			
		マヨネーズパッ	10		減塩しょうゆ(5		菜種油	1		いんげ	さやいんげん(20		減塩しょうゆ(2.5		減塩しょうゆ(5		グリーンアスパ	10		
	切干大	切干し大根	5		みりん風調味料	2.5		減塩しょうゆ(2.5	いんげ	んソテ	人参 皮剥(ゆ)	10		上白糖	1		上白糖	1		人参 皮剥(ゆ)	10		
	根梅肉	人参 皮剥(ゆ)	5		煮干しだし	30		上白糖	1	ー		菜種油	1		煮干しだし	10		合成清酒	1		食塩	0.5		
	和え	生椎茸 ゆで	5	二色浸	もやし ゆで	40	茹で卵	鶏卵	25		食塩	0.3	蒸し豆	木綿豆腐	50		みりん風調味料	1		片栗粉	1	チンゲ	チンゲンサイ	20
		梅干し(調味漬	3	し	ピーマン(ゆで	10		塩パッ0.3g	0.3		白こしょう	0.01	腐	減塩正油パック	5		小葱(ゆで)	2	ン菜の	玉葱 ゆで	10			
		上白糖	0.5		減塩しょうゆ(2.5													炒め煮	赤ピーマン(ゆ)	10			
		のり佃	10		削り節	0.5	みそ汁	玉葱 ゆで	20	カリフ	ぶなしめじ	10	サラダ	レタス(ゆで)	30	きゅう	きゅうり(ゆで	30		菜種油	1			
	煮	のり佃煮	10	胡瓜の	きゅうり(ゆで	50		大根 葉	20	ラワー	カリフラワー	20		黄ピーマン(ゆ)	5	りの梅	梅干し(調味漬	2		減塩しょうゆ(5			
				酢物	穀物酢	5		淡色辛みそ	10	のゴマ	減塩しょうゆ(2.5		赤ピーマン(ゆ)	5	肉和え	みりん風調味料	0.5		上白糖	1			
					上白糖	3		煮干しだし	150	醤油和	上白糖	0.5		穀物酢	5		上白糖	0.2		梅和え	梅干し(調味漬	2		
	みそ汁	白菜(ゆで)	30		食塩	0.3	味付け	味付けのり	1	え	いりごま	0.5		オリーブ油	3					梅和え	みりん風調味料	2.5		
		なす(ゆで)	10		いりごま	0.5	のり	のり		みそ汁	小松菜 ゆで	20		食塩	0.3	のり佃	減塩あまのり佃	8		白菜(ゆで)	40			
		葱(ゆで)	5								棒麩	2		白こしょう	0.01	煮								
		淡色辛みそ	10								淡色辛みそ	10	みそ汁	玉葱 ゆで	20	みそ汁	さやえんどう(5	みそ汁	キャベツ ゆで	20			
		煮干しだし	150	みそ汁	大根 皮剥(ゆ)	30	牛乳	牛乳	100		煮干しだし	150		もやし ゆで	10		ぶなしめじ	10		ほうれん草(ゆ)	10			
	牛乳	牛乳	100		貝割大根(ゆで	5					牛乳	牛乳	100		小葱(ゆで)	2		白菜(ゆで)	20		淡色辛みそ	10		
					淡色辛みそ	10								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									
				牛乳	牛乳	100														牛乳	牛乳	100		
													牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100						
昼	パン:	オレンジロール	80	米飯	精白米	70	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			
	オレン			けの汁	大根 皮剥(ゆ)	50	ザンギ	若鶏もも 皮な	30	ポーク	豚並肉(肩・脂	30	焼き魚	さけ・40g	40		葱(ゆで)	5	煮魚	まこがれい・40	40			
	ジロー				人参 皮剥(ゆ)	10		生姜	3	カレー	じゃが芋 ゆで	20		食塩	0.2		かつお・昆布だ	150	煮魚	生姜	2			
	ール				さつま芋(ゆで	30		減塩しょうゆ(5		玉葱 ゆで	20		大根 皮剥(ゆ)	40		めんみ 1.8L	10		減塩しょうゆ(7.5			
	豆腐	木綿豆腐	50		いんげん ゆで	10		合成清酒	1		人参 皮剥(ゆ)	10		しそ(ゆで)	0.5	天ぷら	尾付きえび	20		上白糖	1			
	ラタン	ほうれん草(ゆ)	20		玉葱 ゆで	20		薄力粉 1等	6		無塩バター	5		減塩正油パック	5		さつま芋(ゆで	20		合成清酒	2.5			
		鶏ひき肉	20		葱(ゆで)	10		調合油	6		薄力粉 1等	2				玉葱 ゆで	30		里芋 ゆで	20				
		ホルトマト	40		乾椎茸	0.3		サニーレタス	5		牛乳	30	炒煮	じゃが芋 ゆで	30		人参 皮剥(ゆ)	5		小松菜 ゆで	20			
		上白糖	1		ごぼう ゆで	10		レモン	10		カレーフレーク	8		人参 皮剥(ゆ)	10		薄力粉 1等	15						
		コンソメ	0.3		つきこんにゃく	10					カレー粉	0.5		菜種油	1		鶏卵	5	けんち	木綿豆腐	10			
		食塩	0.1		油揚げ	10	大根な	大根 皮剥(ゆ)	40		ケチャップ	1		減塩しょうゆ(5		菜種油	15	ん煮	大根 皮剥(ゆ)	20			
		プロセスチーズ	15		凍り豆腐	4	ます	はつかだいこん	5		ウスターソース	5		上白糖	1					人参 皮剥(ゆ)	10			
		パン粉(乾燥)	3		減塩みそ	10		きゅうり(ゆで	10		ワイン(白)	2					肉じゃ	じゃが芋 ゆで	40		減塩しょうゆ(5		
					煮干しだし	150		穀物酢	5				野菜ス	きゅうり(ゆで	30		が	若鶏むね皮なし	10		上白糖	1		
	ポトフ	じゃが芋 ゆで	60					上白糖	3	漬物	だいこん 福神	5	ティツ	大根 皮剥(ゆ)	30		玉葱 ゆで	20		みりん風調味料	2.5			
		人参 皮剥(ゆ)	20	焼き魚	さば・20g	20		食塩	0.3	長いも	なが芋 水煮	20	ク	マヨネーズパッ	10		人参 皮剥(ゆ)	10		煮干しだし	15			
		マッシュルーム	5		大根 皮剥(ゆ)	20				サラダ	しそ	0.3					調合油	1		酢の物	かぶ 皮剥(ゆ)	40		
		コンソメ	0.5		しそ(ゆで)	1	焼きか	西洋かぼちゃ(40		穀物酢	5					減塩しょうゆ(5		きゅうり(ゆで	10			
		パセリ(粉)	0.5		減塩正油パック	5	ぼちゃ	食塩	0.2		調合油	2					上白糖	1		人参 皮剥(ゆ)	5			
								白こしょう	0.01		減塩しょうゆ(3					小葱(ゆで)	1		穀物酢	5			
	イタリ	カリフラワー	20	おかか	白菜(ゆで)	50		プロセスチーズ	5		減塩しょうゆ(2.5		生姜	2									

献立表(週間)

透析 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	アンサラダ	きゅうり(ゆで)	20	和え	きゅうり(ゆで)	10	パセリ(粉)	0.1	白こしょう	0.01	減塩しょうゆ()	2.5	ゴマ和え	小松菜 ゆで	50	上白糖	3		
		玉葱 ゆで	10		減塩しょうゆ()	2.5					上白糖	1		ごま	1	食塩	0.2		
		穀物酢	5		削り節	0.5	味噌浸し	カットわかめ	0.5	茹で野菜	ピーマン(ゆで)	10		減塩しょうゆ()	2.5				
		オリーブ油	3					白菜	40		キャベツ ゆで	30		上白糖	0.5	温野菜	スナックえんど		
		減塩しょうゆ()	2.5	果物	りんご 缶詰	40		葱	3		マヨネーズパツ	10	果物	貝割大根・芽	5	サラダ	カリフラワー		
		白こしょう	0.01					減塩みそ	5					りんご 缶詰	40		マヨネーズ	5	
	果物	もも缶(果肉)	40				果物	上白糖	0.3	果物	ぶどう 缶詰	40				果物	みかん缶詰(果)	40	
	ジュース	きになる野菜()	125				果物												
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	
	揚げ魚	まだら・20g	20	蒸し豚	豚ももスライス	20	照焼魚	ぶり・40g	40	魚味噌	そい 60g	60	鶏つく	鶏ひき肉	30	メンチ	合挽肉	40	
	チリソース	白こしょう	0.01	あんかけ	食塩	0.1		減塩しょうゆ()	5	漬け焼	減塩みそ	5	ね揚げ	玉葱 ゆで	20	カツ	玉葱 ゆで	40	
		薄力粉 1等	3		生姜(ゆで)	2		上白糖	1	き	みりん風調味料	2.5	あんかけ	生椎茸 ゆで	3		鶏卵	3	
		菜種油	2		玉葱 ゆで	40		みりん風調味料	2.5		上白糖	0.5	け	鶏卵	3		パン粉(乾燥)	1	
		ケチャップ	5		ピーマン(ゆで)	10		合成清酒	1		大根 皮剥(ゆ)	40		パン粉(乾燥)	3		牛乳	3	
		穀物酢	2.5		乾椎茸	0.3		大根 皮剥(ゆ)	50		しそ(ゆで)	0.5		菜種油	5		食塩	0.2	
		減塩しょうゆ()	1		菜種油	1		しそ	1		減塩正油パック	5		人参 皮剥(ゆ)	20		白こしょう	0.01	
		上白糖	2		減塩しょうゆ()	5		減塩正油パック	5		生椎茸 ゆで	10	大根の煮物	大根 皮剥(ゆ)	30		薄力粉 1等	3	
		合成清酒	2.5		上白糖	1	三杯酢	きゅうり(ゆで)	30		減塩しょうゆ()	7.5		人参 皮剥(ゆ)	10		鶏卵	3	
		ごま油	1		煮干しだし	30		生姜	2		合成清酒	2.5		さやいんげん()	10		パン粉(乾燥)	2.5	
		にんにく	1		片栗粉	1	きんぴら	ごぼう ゆで	40		みりん風調味料	2.5		菜種油	2		菜種油	8	
		生姜	1	煮物	じゃが芋 ゆで	30	らごぼ	人参 皮剥(ゆ)	10		上白糖	3		減塩しょうゆ()	2.5		ケチャップ	5	
		トウバンジャン	0.5		人参 皮剥(ゆ)	10	う	ごま油	1	炒煮	減塩しょうゆ()	2.5		ウスターソース	1		ウスターソース	2.5	
		ラー油	0.5		減塩しょうゆ()	2.5		減塩しょうゆ()	5		上白糖	1	お浸し	煮干しだし	15		キャベツ ゆで	25	
		葱(ゆで)	20		上白糖	1		煮干しだし	15		大根 皮剥(ゆ)	40		鶏卵	25		レッドキャベツ	5	
		片栗粉	1		みりん風調味料	1		いりごま	0.5		凍り豆腐	1		ほうれ	里芋 ゆで	20	リヤン	緑豆春雨	5
					グリーンピース()	5	マカロ	マカロニ 乾	4		菜種油	1		ん草の	いりごま	1	バン	もやし ゆで	15
	とびっこ	大根 皮剥(ゆ)	30				マカロ	マカロニ 乾	4		減塩しょうゆ()	2.5	ブロッ	ブロッコリー	30			しそ(ゆで)	1
		人参 皮剥(ゆ)	5				ニサラ	きゅうり(ゆで)	20		上白糖	0.5	コリー	マヨネーズ	10			穀物酢	2.5
		小葱(ゆで)	2	サラダ	キャベツ ゆで	40	ダ	ローズハム	8		煮干しだし	10	サラダ	白こしょう	0.01			減塩しょうゆ()	2.5
		減塩しょうゆ()	2.5		ブロッコリー	15		マヨネーズ	10	煮物	木綿豆腐	30						上白糖	1
		上白糖	1		トマト(ゆで)	20		白こしょう	0.01		ごぼう ゆで	30	煮浸し	きょうな ゆで	50			上白糖	1
		とびっこ	5		マヨネーズ	10					人参 皮剥(ゆ)	10		減塩しょうゆ()	2.5			ごま油	0.5
	卵とじ	鶏卵	25		白こしょう	0.01	絹さや	さやえんどう	20		菜種油	3		みりん風調味料	2.5			いりごま	1
		玉葱 ゆで	20	冷奴	木綿豆腐	50	とえの	えのき茸	20		小葱(ゆで)	2		ほうれん草(ゆ)	10				
		葱(ゆで)	5		小葱(ゆで)	5	き茸の	無塩バター	3		減塩しょうゆ()	2.5		人参 皮剥(ゆ)	5	南瓜の	西洋かぼちゃ()	30	
		食塩	0.2		減塩しょうゆ()	2.5	ソテー	食塩	0.3		上白糖	0.5				サラダ	きゅうり(ゆで)	15	
		白こしょう	0.01					白こしょう	0.01		煮干しだし	15					玉葱 ゆで	10	
				デザート	エネブリンかぼ	40												マヨネーズ	10
	杏仁フルーツ	杏仁フルーツ	60	ト												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	

献立表(週間)

透析 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)
栄養 価	エネルギー - 1501 kcal 蛋白質 47.6 g	エネルギー - 1542 kcal 蛋白質 48.3 g	エネルギー - 1517 kcal 蛋白質 48.9 g	エネルギー - 1497 kcal 蛋白質 49.5 g	エネルギー - 1477 kcal 蛋白質 48.2 g	エネルギー - 1458 kcal 蛋白質 47.6 g	エネルギー - 1551 kcal 蛋白質 49.6 g
	脂質 41.2 g 炭水化 227.3 g	脂質 39.9 g 炭水化 241.2 g	脂質 42.5 g 炭水化 226.9 g	脂質 40.9 g 炭水化 223.8 g	脂質 42.2 g 炭水化 218.0 g	脂質 35.8 g 炭水化 231.0 g	脂質 42.3 g 炭水化 232.7 g
	塩分 5.8 g	塩分 5.2 g	塩分 5.5 g	塩分 5.6 g	塩分 5.7 g	塩分 5.6 g	塩分 5.4 g

献立表(週間)

透析 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	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70						
	五目煮	さつま揚げ	20	鮭甘塩	秋鮭塩焼き(骨	20	きんぴら	ごぼう ゆで	40						
		大根 皮剥(ゆ)	50	焼き	しそ(ゆで)	1		人参 皮剥(ゆ)	10						
		人参 皮剥(ゆ)	10					ごま油	1						
		乾椎茸	0.5	人参と	小松菜 ゆで	20		減塩しょうゆ(2.5						
		さやいんげん(10	小松菜	もやし ゆで	5		上白糖	1						
		減塩しょうゆ(2.5	のナム	人参 皮剥(ゆ	7.5		いりごま	1						
		上白糖	1	ル	ごま	1									
		煮干しだし	20		減塩しょうゆ(2.5	卵焼き	冷凍全卵	50						
					穀物酢	2.5		食塩	0.2						
	塩たらこ	たらこ	5		上白糖	2		上白糖	0.1						
		しそ	1		ごま油	0.5		菜種油	1						
								パセリ	1						
	白菜のお浸し	白菜(ゆで)	60	ソテー	キャベツ ゆで	30									
		減塩しょうゆ(2.5		ピーマン(ゆで	5	野菜サ	きょうな ゆで	20						
		かつお節	0.5		菜種油	1	ラダ	玉葱 ゆで	10						
					食塩	0.25		黄ピーマン	5						
	みそ汁	木綿豆腐	30		白こしょう	0.01		穀物酢	5						
		カットわかめ	0.5					上白糖	0.5						
		小葱(ゆで)	2	みそ汁	貝割大根(ゆで	5		調合油	3						
		淡色辛みそ	10		いわのり	2		食塩	0.2						
		煮干しだし	150		淡色辛みそ	10		黒こしょう	0.01						
					煮干しだし	150									
	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	みそ汁	キャベツ ゆで	30						
								棒麩	2						
								淡色辛みそ	10						
								煮干しだし	150						
							牛乳	牛乳	100						
昼	ホットドック	ドッグパン40g	40	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70						
		フランクフルト	16.3												
		ケチャップ	5	ごま味	豚もも 脂身な	30	ハヤシ	豚ももスライス	40						
		キャベツ ゆで	15	噌炒め	なす(ゆで)	60	ライス	玉葱 ゆで	50						
		菜種油	1		ピーマン(ゆで	10		マッシュルーム	20						
					赤ピーマン(ゆ	10		菜種油	3						
	グラタン	若鶏もも 皮な	30		黄ピーマン(ゆ	10		ハヤシフレーク	9						
		尾なしえび	10		ごま油	3		ウスターソース	2.5						
		玉葱 ゆで	30		減塩みそ	7		ケチャップ	2.5						
		無塩バター	6		みりん風調味料	3		白こしょう	0.01						
		薄力粉 1等	10		上白糖	2		グリーンピース	5						
		牛乳 1000ml	80		合成清酒	1									
		コンソメ	0.5		すり白ゴマ	2	グリー	レタス(ゆで)	20						
		食塩	0.3				ンサラ	ブロッコリー	20						
		白こしょう	0.01	サラダ	レタス(ゆで)	10	ダ	トマト(ゆで)	15						
		パン粉(乾燥)	3		きゅうり(ゆで	20		マヨネーズパツ	10						
		パルメザンチー	0.1		はつかだいこん	5									
					穀物酢	5	春雨の	緑豆春雨	5						
	フレン	きょうな ゆで	20		調合油	3	中華風	玉葱 ゆで	40						

献立表(週間)

透析 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)	
夕				煮物	ぶなしめじ(ゆ 30 切りみつば ゆ 2 減塩しょうゆ(2.5 昆布だし 5 かつおだし 5										
栄養価	エネルギー	1484 kcal	蛋白質 49.8 g	エネルギー	1474 kcal 蛋白質 48.4 g	エネルギー	1581 kcal 蛋白質 48.9 g	エネルギー	kcal 蛋白質 g	エネルギー	kcal 蛋白質 g	エネルギー	kcal 蛋白質 g	エネルギー	kcal 蛋白質 g
	脂質	38.9 g	炭水化 228.0 g	脂質	38.3 g 炭水化 228.1 g	脂質	39.9 g 炭水化 250.8 g	脂質	g 炭水化 g	脂質	g 炭水化 g	脂質	g 炭水化 g	脂質	g 炭水化 g
	塩分	5.5 g		塩分	5.5 g	塩分	5.5 g	塩分	g	塩分	g	塩分	g	塩分	g