

## 献立表(週間)

## 透析 1

	2月1日(金)			2月2日(土)			2月3日(日)			2月4日(月)			2月5日(火)			2月6日(水)			2月7日(木)																							
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																					
	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	野菜煮	キャベツ ゆで ぶなしめじ(ゆ) にら 葉・ゆで 葱(ゆで) 減塩しょうゆ(上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	30 30 15 10 5 1 2.5 30	焼き生揚げ	生揚げ 白こしょう 菜種油 ブロッコリー 減塩正油パック	35 0.01 1 20 5	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70																		
	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	20 2.5 1.5 30 10	五目ひじき	ひじき 人参 皮剥(ゆ) 菜種油 減塩しょうゆ(上白糖 煮干しだし	3 10 1 5 1 10	チンゲ	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 20 10 1 1 1	ほうれん草の炒煮	ほうれん草(ゆ) 人参 皮剥(ゆ) 焼き竹輪 菜種油 減塩しょうゆ(上白糖	50 10 10 1 2.5 1 150	温泉卵	温泉卵 温泉卵のたれ 切り干し大根 人参 皮剥(ゆ) しそ 減塩しょうゆ(物	50 4 3 5 0.3 2.5	おから	おから(新製法) ひじき 乾椎茸(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) 葱(ゆで) 調合油 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	20 0.2 0.3 5 5 2 3 1 1 10	みそ汁	小松菜 ゆで もやし ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	20 20 10 150	みそ汁	キャベツ ゆで ぶなしめじ 葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 5 10 150	味付けのり	味付けのり	1	漬物	なす しば漬	10	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100
	和え物	なす(ゆで) 食塩 しそ	20 0.2 0.2	佃煮	減塩あまのり佃煮	8	みそ汁	小松菜 ゆで えのき茸(水煮) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 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) 大根 皮剥(ゆ) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	のり佃煮	減塩あまのり佃煮	8	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	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	パン	南瓜パン40g	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	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70									
	魚の生姜焼き	さわら・20g 食塩 減塩しょうゆ(合成清酒 生姜 サニーレタス(	20 0.1 5 5 3 3	魚みそ煮	さば・30g 生姜 減塩みそ 上白糖 合成清酒 みりん風調味料 大根 皮剥(ゆ) さやえんどう(	30 3 10 2 2.5 2.5 30 4	天ぷら	尾付きえび 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ) 薄力粉 1等 鶏卵 菜種油	20 20 10 10 5 5	揚げ魚	まだら・40g 片栗粉 菜種油 生姜(ゆで) きくらげ(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 0.5 20 10 5 1 1 30	マカロニグラタン	マカロニ 乾 玉葱 ゆで マッシュルーム 無塩バター 薄力粉 1等 牛乳 1000ml クリーム(植物) コンソメ 食塩 パン粉(乾燥) パルメザンチー	10 20 10 3 8 80 15 0.5 0.3 0.5 0.5	焼き魚	そい 40g 白こしょう 生椎茸 ゆで ぶなしめじ(ゆ) 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 0.01 10 10 10 5 1 5 1 2.5 2.5	肉鍋	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(上白糖 煮干しだし みりん風調味料	20 20 20 10 15 7.5 5 15 15 1.25	中華風サラダ	もやし ゆで きゅうり(ゆで) かにかま カットわかめ 減塩しょうゆ(穀物酢	30 10 5 0.5 2.5 5																		



## 献立表(週間)

透析 1

	2月1日(金)		2月2日(土)		2月3日(日)		2月4日(月)		2月5日(火)		2月6日(水)		2月7日(木)	
夕											とろろ 和え	かつとろろ昆布 きゅうり(ゆで 減塩しょうゆ( 2.5 穀物酢 2.5		
栄養価	1668 kcal	蛋白質 48.8 g	1472 kcal	蛋白質 49.4 g	1541 kcal	蛋白質 45.0 g	1518 kcal	蛋白質 48.1 g	1508 kcal	蛋白質 46.6 g	1465 kcal	蛋白質 49.8 g	1532 kcal	蛋白質 47.9 g
	脂質 40.3 g	炭水化 219.8 g	脂質 33.6 g	炭水化 236.0 g	脂質 36.2 g	炭水化 255.1 g	脂質 41.0 g	炭水化 234.1 g	脂質 41.4 g	炭水化 228.4 g	脂質 35.5 g	炭水化 228.3 g	脂質 38.6 g	炭水化 241.7 g
	塩分 5.2 g		塩分 5.4 g		塩分 5.0 g		塩分 5.6 g		塩分 5.7 g		塩分 5.8 g		塩分 5.1 g	

## 献立表(週間)

## 透析 1

	2月8日(金)		2月9日(土)		2月10日(日)		2月11日(月)		2月12日(火)		2月13日(水)		2月14日(木)			
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		
	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	鶏ささみの味噌焼き	ささ身 20 合成清酒 0.5 淡色辛みそ 1 みりん風調味料 0.5 濃口醤油 0.5 ブロッコリー 20 マヨネーズ 10	オイスター炒め	豚ひき肉 10 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	生揚げともやししのソーテー	生揚げ 20 もやし ゆで 30 人参 皮剥(ゆ) 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	冷凍全卵 25 牛乳 5 無塩バター 0.5 食塩 0.1 白こしょう 0.01	白菜のスープ煮	白菜(ゆで) 70 木綿豆腐 25 さやえんどう( 5 コンソメ 0.5 食塩 0.2 片栗粉 1	卵豆腐あんかけ	冷凍全卵 20 煮干しだし 20 淡口醤油 2.5 生姜(ゆで) 2 減塩しょうゆ( 2.5 上白糖 1 片栗粉 1 貝割大根(ゆで) 5		
	塩たらこ	たらこ 10 しそ 0.5	五目煮	人参 皮剥(ゆ) 10 れんこん ゆで 20 板こんにゃく 10 真昆布 1	ブロッコリー	玉葱 ゆで 10 マヨネーズパッダ	煮物	焼き竹輪 10 キャベツ ゆで 40 減塩しょうゆ( 2.5 上白糖 1	ごま和え	白菜(ゆで) 30 食塩 0.1 ゆかり 0.3	みそ汁	もやし ゆで 20 玉葱 ゆで 10 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	漬物	ひじきの炒め 2 人参 皮剥(ゆ) 10 グリーンピース( 3 菜種油 1 減塩しょうゆ( 2.5 上白糖 1		
	みそ汁	チンゲンサイ 20 なす(ゆで) 20 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	味付けのり	味付けのり 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	ゆかり和え	白菜(ゆで) 30 食塩 0.1 ゆかり 0.3	みそ汁	もずく 50 の酢物 5 上白糖 3 減塩しょうゆ( 2.5	みそ汁	もやし ゆで 20 玉葱 ゆで 10 淡色辛みそ 10 煮干しだし 150	漬物	ひじき 2 人参 皮剥(ゆ) 10 グリーンピース( 3 菜種油 1 減塩しょうゆ( 2.5 上白糖 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		
昼	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	鶏塩そうめん	たんぱく調整そうめん 70 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	赤飯	もち米 35 精白米 35 食用色素(紅) 0.01 甘納豆 金時 12	ハンバーガー	パンズパン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	米飯	精白米 70	魚のトマトソース煮	さば・20g 20 マストン 5 コンソメ 0.2 上白糖 1 玉葱 ゆで 20 トマト(ゆで) 30 ケチャップ 5 白こしょう 0.01 コンソメ 0.5 ブロッコリー 20	ハニーマスタードチキン	若鶏もも 皮な 40 オレンジ(濃縮) 10 減塩しょうゆ( 5 生姜(ゆで) 1 オレンジ(濃縮) 20 減塩しょうゆ( 5 上白糖 3 穀物酢 3 はちみつ 3 粒入りマスター 3 サニーレタス( 5
	チキンカレー	若鶏もも 皮な 20 玉葱 ゆで 25 人参 皮剥(ゆ) 15 無塩バター 3 薄力粉 1等 3 牛乳 10 カレー粉 0.5 カレーフレーク 8 ケチャップ 1 ウスターソース 2.5 ワイン(白) 2	魚塩麹焼き	あかうお・40g 40 塩こうじ 2 合成清酒 2 しそ(ゆで) 0.5 トマト(ゆで) 20	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	かぶの酢の物	かぶ 皮剥(ゆ) 30 刻み昆布 0.5 食塩 0.1 穀物酢 5 上白糖 2.5 いりごま 0.5	ポテトフライ	フライドポテト 40 菜種油 2 食塩 0.3 白こしょう 0.01	マセドアンサラダ	さつま芋(ゆで) 30 きゅうり(ゆで) 20 人参 皮剥(ゆ) 10 スイートコーン 10 マヨネーズ 8 白こしょう 0.01	サラダ	レタス(ゆで) 10 きゅうり(ゆで) 30 人参 皮剥(ゆ) 5 マヨネーズパッ 10		
	サラダ	キャベツ ゆで 20 トマト(ゆで) 20 ブロッコリー 10 鶏卵 25 穀物酢 5 調合油 3 減塩しょうゆ( 2.5 白こしょう 0.01	ビーフソソテ	ビーフン 5 玉葱 ゆで 40 ピーマン(ゆで) 8 菜種油 3 食塩 0.3 黒こしょう 0.01	さつま芋の金平	さつま芋(ゆで) 25 人参 皮剥(ゆ) 7.5 菜種油 1 減塩しょうゆ( 2 みりん風調味料 1 上白糖 1	茶碗蒸し	若鶏むね 皮な 5 ほうれん草(ゆ) 15 鶏卵 25	野菜サラダ	きゅうり(ゆで) 30 トマト(ゆで) 20 鶏卵 25 穀物酢 5 調合油 3	なめ茸あえ	キャベツ ゆで 40 するめいか 10	ソテー	グリーンアスパ 30 葱(ゆで) 5 コンソメ 0.2		

## 献立表(週間)

## 透析 1

		2月8日(金)		2月9日(土)		2月10日(日)		2月11日(月)		2月12日(火)		2月13日(水)		2月14日(木)		
昼	果物	ぶどう 缶詰	40	二色浸し	白菜(ゆで) 30 小松菜 ゆで 30 減塩しょうゆ(みりん風調味料) 5 みりん風調味料 1	果物	黄桃缶	40	いりごま 0.25	かつお・昆布だ 50 合成清酒 1.25 みりん風調味料 1.25 淡口醤油 1.25 食塩 0.25	野菜ジュース	きになる野菜( ) 125	卵とじ	えのき茸(味付) 10 鶏卵 20 人参 皮剥(ゆ) 10 生椎茸 10 小葱(ゆで) 5 菜種油 1 食塩 0.2 白こしょう 0.01	食塩 0.1 白こしょう 0.01	
				果物	もも缶(果肉) 40				蓋物	生麩(梅) 10 糸みつば ゆで 3 なが芋(ゆで) 20 減塩しょうゆ( ) 2.5 かつお・昆布だ 20	果物	みかん缶詰(果) 40		果物	もも缶(果肉) 40	
									果物	黄桃缶 20 西洋なし(缶詰) 20 クリーム(乳・マービー 液状) 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	
	煮魚	まごがれい・40 生姜 2 減塩しょうゆ( ) 7.5 上白糖 1.5 合成清酒 2.5 人参 皮剥(ゆ) 15 小松菜 ゆで 20	40	カツ卵とじ	豚角肉(肩ロ一) 30 食塩 0.15 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 1.5 鶏卵 1.5 パン粉(乾燥) 2.5 菜種油 4 玉葱 ゆで 40 生椎茸 ゆで 10 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	すき焼き	豚ももスライス 30 焼き豆腐 30 白菜(ゆで) 60 葱(ゆで) 15 しらたき 3 人参 皮剥(ゆ) 8 生椎茸 ゆで 10 菜種油 5 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	豚肉ごま焼き	豚ももスライス 30 生姜(ゆで) 1.5 無塩バター 1 減塩しょうゆ( ) 2.5 みりん風調味料 1.25 いりごま 1 調合油 0.5 プロッコリー 10 カリフラワー 10	照焼魚	すずき・40g 40 減塩しょうゆ( ) 2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 1.3 合成清酒 0.5 大根 皮剥(ゆ) 40 しそ(ゆで) 1 減塩正油パック 5	酢豚	豚角肉(肩ロ一) 20 減塩しょうゆ( ) 0.3 生姜 0.3 片栗粉 1 菜種油 1.3 たけのこ 水煮 30 玉葱 ゆで 30 人参 皮剥(ゆ) 20 ピーマン(ゆで) 10 乾椎茸 0.5 菜種油 2 減塩しょうゆ( ) 7.5 上白糖 2 穀物酢 5 片栗粉 1	焼魚	さけ・40g 40 大根 皮剥(ゆ) 40 しそ(ゆで) 1 減塩正油パック 5	
	筍の酢味噌かけ	たけのこ ゆで 30 カットわかめ 0.5 減塩みそ 5 上白糖 3 穀物酢 5		焼き茄子	なす(ゆで) 60 削り節 0.2 減塩正油パック 5	里芋田楽	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	春雨サラダ	緑豆春雨 6 きゅうり(ゆで) 20 人参 皮剥(ゆ) 5 マヨネーズ 10	さつま芋の甘煮	さつま芋(ゆで) 30 上白糖 5 食塩 0.1	もやし のナムル	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	ジャーマンポテト	じゃが芋 ゆで 40 ベーコン 10 玉葱 ゆで 20 無塩バター 2 食塩 0.1 白こしょう 0.01 パセリ 0.5	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 片栗粉 1
	野菜サラダ	きゅうり(ゆで) 20 大根 皮剥(ゆ) 20 セロリー(ゆで) 10 赤ピーマン(ゆ) 3 マヨネーズ 15		野菜サラダ	きゅうり(ゆで) 25 はつかだいこん 5 トマト(ゆで) 20 マヨネーズ 10 西洋かぼちゃ( ) 50 減塩しょうゆ( ) 2.5 上白糖 1 煮干しだし 10	辛し和え	きゅうり(ゆで) 20 減塩しょうゆ( ) 2.5 粉辛子 0.2	芋マッシュ	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	豆腐生姜あんかけ	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 片栗粉 1	湯葉とお浸し	湯葉 10 小松菜 ゆで 50 減塩しょうゆ( ) 2.5 みりん風調味料 1 削り節 0.2	ソテー	キャベツ ゆで 30 糸みつば ゆで 10 食塩 0.2 調合油 2	
	含め煮	凍り豆腐 4 玉葱 ゆで 20 貝割大根(ゆで) 0.5 減塩しょうゆ( ) 2.5 上白糖 0.5 煮干しだし 15	煮物	西洋かぼちゃ( ) 50 減塩しょうゆ( ) 2.5 上白糖 1 煮干しだし 10	かあえ	えんどう ゆで 4 削り節 0.5 減塩しょうゆ( ) 2.5						酢の物	カットわかめ 0.5	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン) 58	

## 献立表(週間)

透析 1

	2月8日(金)		2月9日(土)		2月10日(日)		2月11日(月)		2月12日(火)		2月13日(水)		2月14日(木)	
夕												玉葱 ゆで 20	ト	
												葱(ゆで) 5		
												穀物酢 5		
												減塩しょうゆ( 2.5		
												上白糖 3		
栄養価	1418 kcal	蛋白質 47.7 g	1511 kcal	蛋白質 48.3 g	1420 kcal	蛋白質 48.2 g	1509 kcal	蛋白質 49.2 g	1438 kcal	蛋白質 48.1 g	1480 kcal	蛋白質 48.4 g	1539 kcal	蛋白質 46.6 g
	脂質 35.7 g	炭水化 217.1 g	脂質 38.7 g	炭水化 234.6 g	脂質 34.3 g	炭水化 225.2 g	脂質 37.6 g	炭水化 236.4 g	脂質 39.2 g	炭水化 215.7 g	脂質 35.2 g	炭水化 237.2 g	脂質 39.5 g	炭水化 242.8 g
	塩分 5.5 g		塩分 5.1 g		塩分 5.0 g		塩分 5.3 g		塩分 5.2 g		塩分 5.5 g		塩分 5.8 g	

## 献立表(週間)

## 透析 1

	2月15日(金)			2月16日(土)			2月17日(日)			2月18日(月)			2月19日(火)			2月20日(水)			2月21日(木)					
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			
	ツナと玉葱の炒め物	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 白こしょう	20 20 5 3 2 0.5 0.3 0.01	卵とじ	冷凍全卵 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 5 1 2.5 30	アスパ	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	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 2.5 0.5	焼き魚	ほっけ・20g 大根 皮剥(ゆ しそ	20 40 1 2.5	野菜卵とじ	キャベツ ゆで 人参 皮剥(ゆ さやいんげん( かつおだし 食塩 冷凍全卵	80 10 10 20 0.8 50	鶏肉照焼き	若鶏もも 皮な 減塩しょうゆ( 上白糖 みりん風調味料 ブロッコリー カリフラワー マヨネーズパッ	20 2.5 0.5 1 10 10			
	人参と水菜のナムル	もやし ゆで きょうな ゆで 人参 皮剥(ゆ 減塩しょうゆ( 穀物酢 上白糖 ごま油	30 10 10 2.5 5 2 1	チンゲン菜の炒め煮	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	おかか	大根 皮剥(ゆ 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	きゅうりの酢の物	きゅうり(ゆで 人参 皮剥(ゆ 穀物酢 上白糖 減塩しょうゆ(	20 5 5 3 2.5	梅肉和え	白菜(ゆで) 梅干し(調味漬 みりん風調味料	40 5 2.5	和え物	きゅうり(ゆで カットわかめ めんつゆ(スト マヨネーズ	30 0.5 1 5	もやし の炒煮	もやし ゆで 人参 皮剥(ゆ 油揚げ 菜種油 減塩しょうゆ( 上白糖	30 10 5 2.5 0.5			
	のり佃煮	減塩あまのり佃煮	8	味付けのり	味付けのり	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	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	牛乳	牛乳	100	みそ汁	玉葱 ゆで さやえんどう( 淡色辛みそ 煮干しだし	20 5 10 150	みそ汁	いわのり 小葱(ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	2 2 10 150			
	みそ汁	白菜(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 150	みそ汁	小松菜 ゆで えのき茸 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 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
昼	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	そば	そば ゆで 鶏卵	180 12.5	米飯	精白米	70	パン	胚芽ロール ホテルブレッド	48 40	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70
	魚の香草焼き	まだら・50g 食塩 白こしょう パン粉(乾燥) タイム パセリ(粉) 無塩バター オリーブ油 サニーレタス ソースパック	50 0.2 0.01 1 0.1 0.1 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	40 40 1 5	揚げ出し豆腐	木綿豆腐 片栗粉 菜種油 減塩しょうゆ( みりん風調味料 煮干しだし 生姜	50 2 6 3 2 30 3	揚げ鶏のあんかけ	若鶏もも 皮な 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 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 片栗粉 糸みつば ゆで	40 2 5 20 20 5 7.5 1 2.5 2.5 30 1 5	スープ煮	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	30 15 10 10 0.5 0.01	魚バタ焼	まだら・30g 食塩 白こしょう 無塩バター もやし ゆで ピーマン(ゆで 菜種油 食塩 白こしょう	30 0.15 0.01 4 30 5 2 0.2 0.03	豆腐海苔	木綿豆腐 ベビーホタテ むきエビ あさり 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ ピーマン(ゆで 中華味 食塩 白こしょう	25 10 20 10 30 10 10 0.5 0.3 0.01			
	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 合成清酒 煮干しだし	15 20 5 10 5 1 2.5 15	和え物	きゅうり(ゆで 春雨 かにかま 減塩しょうゆ( 上白糖 ごま油	20 3 5 2.5 0.5 0.5	煮	さつま芋(ゆで 上白糖 レモン(果汁) 生椎茸 ゆで エリンギ	40 2.5 1.5 20 20	煮物	大根 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ さやいんげん( 減塩しょうゆ( 上白糖	20 15 15 5 1	サラダ	レタス(ゆで) 人参 皮剥(ゆ マヨネーズパッ	30 5 10	酢の物	なが芋 水煮 きゅうり(ゆで 上白糖 穀物酢 食塩	30 5 2.5 0.2	豚肉と大根の煮物	豚ばら 大根 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ 菜種油 減塩しょうゆ( 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	30 20 10 1 5 2.5 15			
				酒蒸し	あさり	18	え						コーン	クリームスタイ	20	なす味噌炒め	なす(ゆで) 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ 乾椎茸	20 20 5 0.3						





## 献立表(週間)

透析 1

	2月15日(金)			2月16日(土)			2月17日(日)			2月18日(月)			2月19日(火)			2月20日(水)			2月21日(木)		
夕										ゼリー	青りんごゼリー	60									
栄養価	エネルギー	1491 kcal	蛋白質 49.4 g	エネルギー	1576 kcal	蛋白質 49.5 g	エネルギー	1429 kcal	蛋白質 48.0 g	エネルギー	1476 kcal	蛋白質 49.1 g	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
	脂質	42.4 g	炭水化 219.6 g	脂質	42.7 g	炭水化 241.0 g	脂質	36.9 g	炭水化 223.2 g	脂質	34.7 g	炭水化 236.5 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
	塩分	5.8 g		塩分	5.4 g		塩分	5.7 g		塩分	5.6 g		塩分	5.6 g		塩分	5.7 g		塩分	5.6 g	

## 献立表(週間)

## 透析 1

	2月22日(金)			2月23日(土)			2月24日(日)			2月25日(月)			2月26日(火)			2月27日(水)			2月28日(木)				
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		
	中華炒め	若鶏ささ身	20	焼き魚	ほっけ・20g	20	豆腐煮	焼き豆腐	50	干草焼	冷凍全卵	20	含め煮	こつぶがんも	30	野菜ソ	小松菜 ゆで	25	炒り豆	木綿豆腐	50		
		玉葱 ゆで	20		大根 皮剥(ゆ)	40		人参 皮剥(ゆ)	15	き	上白糖	0.5		減塩しょうゆ(	2.5	テー	人参 皮剥(ゆ)	10	腐	キャベツ ゆで	50		
		人参 皮剥(ゆ)	10		しそ	0.5		減塩しょうゆ(	2.5		食塩	0.15		上白糖	0.5		玉葱 ゆで	20		葱(ゆで)	10		
		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		みりん風調味料	1		菜種油	2		人参 皮剥(ゆ)	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		煮干しだし	30		食塩	0.3		菜種油	2		
		ごま油	3	とろろ	なが芋(ゆで)	30					人参 皮剥(ゆ)	2.5		さやえんどう(	4		白こしょう	0.01		減塩しょうゆ(	5		
		減塩しょうゆ(	5	芋	煮干しだし	5	ソテー	キャベツ ゆで	20	切干大	切干し大根	3	磯和え	もやし ゆで	40	ゴマ和	さやいんげん(	20		上白糖	1		
		白こしょう	0.01		減塩しょうゆ(	2.5		人参 皮剥(ゆ)	10	切干大	人参 皮剥(ゆ)	10		人参 皮剥(ゆ)	5	え	キャベツ ゆで	30		煮干しだし	15		
		片栗粉	1		焼きのり	0.2		ピーマン(ゆで	10	根の炒	油揚げ	3		焼きのり	0.3		減塩しょうゆ(	2.5	さつま	さつま芋(ゆで	30		
	塩たらこ	たらこ	5	みそ汁	キャベツ ゆで	30		菜種油	1	煮	菜種油	2		減塩しょうゆ(	2.5		上白糖	0.5	芋煮	減塩しょうゆ(	2.5		
		しそ(ゆで)	0.5		生椎茸 ゆで	5		食塩	0.2		減塩しょうゆ(	5		みそ汁	キャベツ ゆで	20		ごま	1	煮干しだし	0.5		
					淡色辛みそ	10		白こしょう	0.01		上白糖	1		葱(ゆで)	5	みそ汁	大根 葉(ゆで	5		小葱(ゆで)	1.5		
					煮干しだし	150	味付け	味付けのり	1		煮干しだし	15		淡色辛みそ	10		なす(皮なし)	20					
	えのきと胡瓜の和え物	えのき茸	20		きゅうり(ゆで	40				みそ汁	白菜(ゆで)	30		煮干しだし	150		淡色辛みそ	10	おかか	小松菜 ゆで	40		
		食塩	0.2	漬物	なす しば漬	10					棒麩	1		煮干しだし	150		煮干しだし	150	和え	濃口醤油	2.5		
		みりん風調味料	1				みそ汁	玉葱 ゆで	20		淡色辛みそ	10	梅漬け	梅干し(調味漬	5	松前漬	松前漬	15		上白糖	0.5		
	みそ汁	もやし ゆで	20	牛乳	牛乳	100		大根 葉(ゆで	10		煮干しだし	150								削り節	0.3		
		小葱(ゆで)	5					淡色辛みそ	10		煮干しだし	150	牛乳	牛乳	100								
		淡色辛みそ	10					煮干しだし	150	漬物あ	たくあん漬(干	5		牛乳	牛乳	100				みそ汁	もやし ゆで	20	
		煮干しだし	150				牛乳	牛乳	100	え	きゅうり(ゆで	20								玉葱 ゆで	10		
	牛乳	牛乳	100									牛乳	牛乳	100						淡色辛みそ	10		
																				煮干しだし	150		
																				牛乳	牛乳	100	
昼	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	塩ラー	中華めん ゆで	170	米飯	精白米	70	パン	メロンパン65g	65	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70		
	鶏肉の塩麩焼き	若鶏もも 皮な	30	三平汁	まだら・30g	30	メン	豚もも 赤肉	20		魚の唐	そい 40g	40	カレー	合挽肉	20	魚の葱	さけ・40g	40	チキン	若鶏もも 皮な	40	
		塩こうじ	1.5		木綿豆腐	25		菜種油	1	揚げ	減塩しょうゆ(	5	風味メ	玉葱 ゆで	40	ソース	生姜(ゆで)	3	ピカタ	食塩	0.2		
		菜種油	1		大根 皮剥(ゆ)	20		生姜(ゆで)	2		合成清酒	2	ンチカ	なが芋	5		葱(ゆで)	20		白こしょう	0.01		
		ブロッコリー	20		人参 皮剥(ゆ)	10		減塩しょうゆ(	2.5		みりん風調味料	2	ツ	鶏卵	3		減塩しょうゆ(	5		薄力粉 1等	3		
		マヨネーズパッ	10		小松菜 ゆで	10		上白糖	1		片栗粉	1		白こしょう	0.01		穀物酢	5		鶏卵	5		
	南瓜煮物	西洋かぼちゃ(	35		葱(ゆで)	5		合成清酒	2.5		菜種油	5		カレー粉	0.5		レモン(果汁)	2		調合油	1		
		減塩しょうゆ(	1.25		生姜	0.5		しなちく	5		レタス(ゆで)	10		薄力粉 1等	5		とうがらし 乾	0.5		ケチャップ	5		
		上白糖	0.5		食塩	1		なると	5		煮物	たけのこ 水煮	30		カレー粉	0.3		ごま油	1		ブロッコリー	20	
		かつおだし	7.5		合成清酒	2.5		鶏卵	25		煮物	板こんにやく	20		鶏卵	5		ブロッコリー	20		サニーレタス(	4	
					昆布だし	150		小葱(ゆで)	3		煮物	ふき ゆで	20		パン粉(乾燥)	6		豆腐あ	木綿豆腐	25	野菜炒	きょうな ゆで	30
								鶏ガラスープ	2		煮物	人参 皮剥(ゆ)	15		菜種油	8	んかけ	合挽肉	10	め	ぶなしめじ	10	
								食塩	0.3		煮物	淡口醤油	2.5		キャベツ ゆで	20		人参 皮剥(ゆ)	5		黄ピーマン(ゆ)	5	
								白こしょう	0.01		煮物	上白糖	1		ソースパック	5		貝割大根(ゆで	3		菜種油	1	
								若鶏もも 皮な	20		煮物	煮干しだし	15					乾椎茸(ゆで)	0.3		かき油	3	
								減塩しょうゆ(	2.5		煮物	白こしょう	0.01					グリーンピース(	3		合成清酒	1	
								白こしょう	0.01		ツナマ	合成清酒	1					減塩しょうゆ(	5		お浸し	えのき茸	10
								合成清酒	1		ヨ和え	薄力粉 1等	4					上白糖	1		えのき茸	10	
								薄力粉 1等	4		ヨ和え	菜種油	8					片栗粉	1		白菜(ゆで)	40	
								菜種油	8														
	白菜の	白菜(ゆで)	60										サラダ	トマト(ゆで)	20								
														きゅうり(ゆで	20								
														鶏卵	25								
														穀物酢	5								

## 献立表(週間)

## 透析 1

	2月22日(金)		2月23日(土)		2月24日(日)		2月25日(月)		2月26日(火)		2月27日(水)		2月28日(木)	
昼	お浸し	減塩しょうゆ( 2.5 かつおだし 1	きゅうりの和え物	きゅうり(皮なし) 20 減塩しょうゆ( 2.5	サラダ菜(ゆで) 3 マヨネーズ 5	ソテー	濃口醤油 1	キャベツ(ゆで) 30 玉葱(ゆで) 20 菜種油 1 食塩 0.3 白こしょう 0.01	調味油 3 減塩しょうゆ( 2.5 白こしょう 0.01	煮物	煮干しだし 15	大根(皮剥き) 40 人参(皮剥き) 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 50 酢 2 レモン(果汁) 2 穀物酢 5 減塩しょうゆ( 2.5 上白糖 3	みかん缶詰(果) 40
果物	みかん缶詰(果) 40		果物盛り合わせ	西洋なし(缶詰) 40 みかん缶詰(果) 40	なます 大根(皮剥き) 50 人参(皮剥き) 5 穀物酢 5 上白糖 3 食塩 0.2	果物盛り合わせ	もも缶(果肉) 20 みかん缶詰(果) 10	オニオンソテー	玉葱(ゆで) 30 ローズハム 5 人参(皮剥き) 5 無塩バター 2 食塩 0.2 白こしょう 0.01	果物	もも缶(果肉) 40		みかん缶詰(果) 40	
			デザート	エネブリンマン 40	焼き芋 30 果物 40	黄桃缶 40				フルーツみつ豆 90				
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
チャン	さけ・40g 40	鶏肉のマヨネーズ炒め	若鶏もも(皮なし) 50 キャベツ(ゆで) 50 玉葱(ゆで) 10 赤ピーマン(ゆで) 10 マヨネーズ 8 減塩みそ 5 合成清酒 2 白こしょう 0.01	焼き魚 20 きのこ 0.1 添え 0.01 ぶなしめじ(ゆで) 10 生椎茸(ゆで) 10 まいたけ(ゆで) 10 菜種油 2 減塩しょうゆ( 2.5 合成清酒 2.5 みりん風調味料 2.5 小葱(ゆで) 3 減塩正油パック 5	チキンカツ	若鶏もも(皮なし) 30 食塩 0.1 白こしょう 0.01 薄力粉(1等) 4 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 3 菜種油 10 プリーツレタス 5 カリフラワー 30 ケチャップパック 8	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	煮物	じゃが芋(ゆで) 60 人参(皮剥き) 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 グリンピース( 3	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	あじ・40g 40 薄力粉(1等) 3 菜種油 8 玉葱(ゆで) 40 人参(皮剥き) 5 ピーマン(ゆで) 8 減塩しょうゆ( 5 穀物酢 5 上白糖 2 とうがらし(乾) 0.1	
サラダ	レタス(ゆで) 30 ブロッコリー 20 ミニトマト(ゆで) 15 マヨネーズパック 10	海藻サラダ	海藻サラダ 2 きゅうり(ゆで) 10 トマト(ゆで) 40 減塩しょうゆ( 2.5 穀物酢 5 調味油 3 白こしょう 0.01	おから(新製法) 20 ひじき 0.5 乾椎茸 0.5 人参(皮剥き) 5 葱(ゆで) 5 菜種油 3 減塩しょうゆ( 2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 2.5 煮干しだし 15	わかめ酢正油	きゅうり(ゆで) 20 カットわかめ 0.5 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ( 2.5 生姜(ゆで) 1.5	白和え	木綿豆腐 20 いりごま 1.5 減塩みそ 6 上白糖 4 ほうれん草(ゆで) 25 人参(皮剥き) 10	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	おろし	大根(皮剥き) 25	炊き合わせ	なが芋(水煮) 20 人参(皮剥き) 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
煮物	大根(皮剥き) 25 人参(皮剥き) 7.5 さやえんどう( 2.5 減塩しょうゆ( 2.5 上白糖 0.5 かつおだし 7.5	煮物	乾椎茸 0.5 えのき茸 20 ぶなしめじ 30 減塩しょうゆ( 2.5 上白糖 0.5	おから(新製法) 20 ひじき 0.5 乾椎茸 0.5 人参(皮剥き) 5 葱(ゆで) 5 菜種油 3 減塩しょうゆ( 2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 2.5 煮干しだし 15	白和え	木綿豆腐 20 いりごま 1.5 減塩みそ 6 上白糖 4 ほうれん草(ゆで) 25 人参(皮剥き) 10	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	煮物	じゃが芋(ゆで) 60 人参(皮剥き) 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 グリンピース( 3	おろし	大根(皮剥き) 25	炊き合わせ	なが芋(水煮) 20 人参(皮剥き) 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
わかめ酢正油	きゅうり(ゆで) 40 カットわかめ 0.5 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ( 2.5 生姜 1	デザート	粉飴M-ス(ラ・ワン) 58	おから(新製法) 20 ひじき 0.5 乾椎茸 0.5 人参(皮剥き) 5 葱(ゆで) 5 菜種油 3 減塩しょうゆ( 2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 2.5 煮干しだし 15	白和え	木綿豆腐 20 いりごま 1.5 減塩みそ 6 上白糖 4 ほうれん草(ゆで) 25 人参(皮剥き) 10	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	煮物	じゃが芋(ゆで) 60 人参(皮剥き) 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 グリンピース( 3	おろし	大根(皮剥き) 25	炊き合わせ	なが芋(水煮) 20 人参(皮剥き) 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
デザート	エネブリンいち 40				鳴門煮	カットわかめ 0.5 大根(皮剥き) 40 葱(ゆで) 5 減塩しょうゆ( 2.5 煮干しだし 15	エリンギン	エリンギ 30 にら(葉・ゆで) 10 オリーブ油 1 減塩しょうゆ( 2.5 白こしょう 0.01	デザート	粉飴M-ス(ラ・ワン) 58	デザート		ソテー	レタス(ゆで) 30 玉葱(ゆで) 20 赤ピーマン(ゆで) 5 菜種油 2 食塩 0.3 白こしょう 0.01

## 献立表(週間)

透析 1

	2月22日(金)	2月23日(土)	2月24日(日)	2月25日(月)	2月26日(火)	2月27日(水)	2月28日(木)
栄養 価	エネルギー - 1496 kcal 蛋白質 48.1 g	エネルギー - 1539 kcal 蛋白質 45.7 g	エネルギー - 1482 kcal 蛋白質 49.9 g	エネルギー - 1463 kcal 蛋白質 48.6 g	エネルギー - 1426 kcal 蛋白質 47.9 g	エネルギー - 1567 kcal 蛋白質 49.2 g	エネルギー - 1495 kcal 蛋白質 49.4 g
	脂質 42.8 g 炭水化 224.9 g	脂質 42.6 g 炭水化 237.6 g	脂質 42.4 g 炭水化 215.2 g	脂質 40.7 g 炭水化 220.4 g	脂質 42.5 g 炭水化 204.8 g	脂質 41.0 g 炭水化 242.4 g	脂質 36.7 g 炭水化 234.9 g
	塩分 5.1 g	塩分 5.3 g	塩分 5.8 g	塩分 5.0 g	塩分 5.7 g	塩分 5.3 g	塩分 5.1 g