

献立表(週間)

透析 2

	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	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	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 15 5	温泉卵	温泉卵 温泉卵のたれ	50 4	野菜炒め煮	キャベツ ゆで ピーマン(ゆで) 黄ピーマン(ゆ 人参 皮剥(ゆ 減塩しょうゆ(上白糖 煮干しだし みりん風調味料	80 10 10 10 5 5 1	焼き魚	さけ・20g 食塩 しそ(ゆで) 切干大根煮 人参 皮剥(ゆ 乾椎茸(ゆで) さやいんげん(減塩しょうゆ(上白糖 煮干しだし	20 0.1 0.5 3 10 0.5 10 5 1 15	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	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	みそ汁	白菜(ゆで) 棒麩 淡色辛みそ 煮干しだし	30 2 10 150	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	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 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	味噌汁	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	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	パン	南瓜パン40g	80	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84																																							
	魚の生姜焼き	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(40 0.2 5 5 3 3	魚みそ煮	さば・40g 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(40 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 若鶏もも 皮な 玉葱 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	10 20 20 10 3 8 80 0.3 0.5 0.5 0.2	焼き魚	そい 50g 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	50 0.01 10 10 10 5 1 5 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 0.5 15 1.25	冷奴	木綿豆腐 かつお節 小葱(ゆで) 減塩正油パック	50 0.5 1 5	煮物	ごぼう ゆで 生揚げ 人参 皮剥(ゆ 減塩しょうゆ(上白糖 煮干しだし グリーンピース	30 40 10 5 1 15 3	炊合せ	大根 皮剥(ゆ 鶏卵 人参 皮剥(ゆ 菜種油 減塩しょうゆ(みりん風調味料	20 25 15 3 5 1	千切り野菜サラダ	大根 皮剥(ゆ きゅうり(ゆで きょうな ゆで トマト(ゆで) マヨネーズパッ	30 20 10 20 10	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 5 3 3	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 2

		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		上白糖	2	け	穀物酢	5	上白糖	1	食塩	0.2	ゼリー	はちみつレモン	60	白こしょう	0.01	ト					
		煮干しだし	5		上白糖	3	煮干しだし	10	白こしょう	0.01				トマト(ゆで)	20						
					ゆず(果皮)	1								サラダ菜(ゆで)	5						
				デザート	粉飴ムス(ラ・フラン)	58	デザート	エネプリンいち	40					とろろ	カットとろろ昆布	1					
				ト									和え	きゅうり(ゆで)	20						
														減塩しょうゆ(2.5						
														穀物酢	2.5						
												ゼリー	はちみつレモン	60							
栄養価	エネルギー	1720 kcal	蛋白質 59.5 g	エネルギー	1807 kcal	蛋白質 53.8 g	エネルギー	1803 kcal	蛋白質 48.4 g	エネルギー	1753 kcal	蛋白質 51.7 g	エネルギー	1720 kcal	蛋白質 54.6 g	エネルギー	1764 kcal	蛋白質 54.2 g	エネルギー	1799 kcal	蛋白質 53.2 g
	脂質	48.5 g	炭水化 250.3 g	脂質	46.4 g	炭水化 285.9 g	脂質	47.4 g	炭水化 290.7 g	脂質	49.4 g	炭水化 270.8 g	脂質	47.8 g	炭水化 260.0 g	脂質	41.4 g	炭水化 283.6 g	脂質	48.0 g	炭水化 280.5 g
	塩分	5.7 g		塩分	5.4 g		塩分	5.0 g		塩分	5.7 g		塩分	5.9 g		塩分	5.8 g		塩分	5.0 g	

献立表(週間)

透析 2

	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	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															
	野菜と豆腐の煮物	木綿豆腐 ほうれん草(ゆ) 人参 皮剥(ゆ) 玉葱 ゆで 減塩しょうゆ() 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	50 10 10 40 2.5 1 1 30	鶏ささみの味噌焼き	ささ身 合成清酒 淡色辛みそ みりん風調味料 濃口醤油 ブロッコリー マヨネーズ	40 1 2 1 1 20 10	オイスター炒め	豚ひき肉 キャベツ ゆで 人参 皮剥(ゆ) ピーマン(ゆで) ごま油 かき油 白こしょう	10 50 10 10 1 3 0.01	生揚げともやししのソテー	生揚げ もやし ゆで 人参 皮剥(ゆ) ピーマン(ゆで) 菜種油 中華味 減塩しょうゆ() 上白糖	20 30 10 10 2 0.5 5 1	スクラブルエッグ	冷凍全卵 牛乳 無塩バター 食塩 白こしょう	25 5 0.5 0.1 0.01	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	冷凍全卵 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	焼き魚	ほっけ・20g 食塩 しそ(ゆで)	20 0.1 0.5	ひじきの炒め煮	ひじき 人参 皮剥(ゆ) グリーンピース() 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖	2 10 3 1 2.5 1	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	8			
	塩たらこ	たらこ しそ	10 0.5	五目煮	人参 皮剥(ゆ) れんこん ゆで 板こんにゃく 真昆布	10 20 10 1	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー 玉葱 ゆで マヨネーズパッ	40 10 10	煮物	焼き竹輪 キャベツ ゆで 減塩しょうゆ() 上白糖	10 40 2.5 1	もずくの酢物	もずく 穀物酢 上白糖 減塩しょうゆ()	50 5 3 2.5	みそ汁	葉大根・葉、生 人参 皮剥(ゆ) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 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	牛乳	牛乳	100									
	ごま和え	白菜(ゆで) いりごま 減塩しょうゆ() 上白糖	30 1 2.5 0.5	味付けのり	味付けのり 味付けのり キャベツ ゆで 人参 皮剥(ゆ) 淡色辛みそ 煮干しだし	1 1 20 10 10 150	みそ汁	木綿豆腐 小松菜 ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし	30 10 10 150	ゆかり和え	白菜(ゆで) 食塩 ゆかり	30 0.1 0.3	みそ汁	カットわかめ えのき茸 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	0.5 20 2 10 150	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	鶏塩そうめん	たんぱく調整そうめん 若鶏もも 皮なし 食塩 鶏ガラスープ かつお・昆布だし 淡口醤油 小葱(ゆで)	90 40 0.5 0.15 150 0.5 5	赤飯	もち米 精白米 食用色素(紅) 甘納豆 金時	42 42 0.01 12	鯖の生姜煮	さば・40g 上白糖 みりん風調味料 減塩しょうゆ() 合成清酒 生姜	40 1.5 3 7.5 1 3	ハンバーガー	パンズパン50g 合挽肉 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ) 鶏卵 パン粉(乾燥) 白こしょう 菜種油 ケチャップ キャベツ ゆで サラダ菜(ゆで)	50 40 40 8 5 5 0.01 1 8 20 3	米飯	精白米	84	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	ハニーマスタードチキン	若鶏もも 皮なし オレンジ(濃縮) 減塩しょうゆ() 生姜(ゆで) オレンジ(濃縮) 減塩しょうゆ() 上白糖 穀物酢 はちみつ 粒入りマスター サニーレタス()	50 10 5 1 20 5 3 3 3 5	ポテトフライ	フライドポテト 菜種油 食塩 白こしょう	40 2 0.3 0.01	マセドアンサラダ	さつま芋(ゆで) きゅうり(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) スイートコーン マヨネーズ 白こしょう	30 20 10 10 8 0.01	ソテー	グリーンアスパ 葱(ゆで) コンソメ	30 5 0.2
	チキンカレー	若鶏もも 皮なし 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ) 無塩バター 薄力粉 1等 牛乳 カレー粉 カレーフレーク ケチャップ ウスターソース ワイン(白)	20 25 15 3 3 10 0.5 8 1 2.5 2	魚塩麹焼き	あかうお・40g 塩こうじ 合成清酒 しそ(ゆで) トマト(ゆで) マヨネーズ	40 2 2 0.5 20 10	魚パン粉焼き	まだら・40g 白こしょう パン粉(乾燥) 菜種油 キャベツ ゆで 人参 皮剥(ゆ) マヨネーズ	40 0.01 3 1 20 5 5	かぶの酢の物	かぶ 皮剥(ゆ) 刻み昆布 食塩 穀物酢 上白糖 いりごま	30 0.5 0.1 5 2.5 0.5	野菜サラダ	きゅうり(ゆで) トマト(ゆで) 鶏卵 穀物酢 調合油	30 20 25 5 3	茶碗蒸し	若鶏むね 皮なし ほうれん草(ゆ) 鶏卵	5 15 25	フライ	フライドポテト 菜種油 食塩 白こしょう	40 2 0.3 0.01	マセドアンサラダ	さつま芋(ゆで) きゅうり(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) スイートコーン マヨネーズ 白こしょう	30 20 10 10 8 0.01	ソテー	グリーンアスパ 葱(ゆで) コンソメ	30 5 0.2									
	サラダ	キャベツ ゆで トマト(ゆで) ブロッコリー 鶏卵 穀物酢 調合油 減塩しょうゆ() 白こしょう	20 20 10 25 5 3 2.5 0.01	ビーフソテー	ビーフン 玉葱 ゆで ピーマン(ゆで) 菜種油 食塩 黒こしょう	5 40 8 3 0.3 0.01	デザート	黄桃缶 エネブリンマン	40 40	茶碗蒸し	若鶏むね 皮なし ほうれん草(ゆ) 鶏卵	5 15 25	野菜サラダ	きゅうり(ゆで) トマト(ゆで) 鶏卵 穀物酢 調合油	30 20 25 5 3	フライ	フライドポテト 菜種油 食塩 白こしょう	40 2 0.3 0.01	マセドアンサラダ	さつま芋(ゆで) きゅうり(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) スイートコーン マヨネーズ 白こしょう	30 20 10 10 8 0.01	ソテー	グリーンアスパ 葱(ゆで) コンソメ	30 5 0.2												

献立表(週間)

透析 2

	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				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		食塩 0.2 白こしょう 0.01	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 チョコプリン 40		
	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン) 58	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) 10 減塩しょうゆ(かつお・昆布だ) 2.5 20	野菜ジュース	きになる野菜(みかん缶詰(果クリーム(植物マービー 液状)) 125 40 15 3		果物	もも缶(果肉) 40			
							果物	黄桃缶 20 西洋なし(缶詰クリーム(植物マービー 液状)) 20 15 3								
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		
	煮魚	まごがれい・80 80 生姜 2 減塩しょうゆ(上白糖) 7.5 1.5 合成清酒 2.5 人参 皮剥(ゆ) 15 小松菜 ゆで 20	カツ卵とじ	豚角肉(肩ロース) 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(上白糖) 7.5 1 みりん風調味料 2.5 合成清酒 2.5 煮干しだし 30 鶏卵 25	すき焼き	豚ももスライス 40 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 3 減塩しょうゆ(上白糖) 10 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 40 生姜(ゆで) 1.5 無塩バター 1 減塩しょうゆ(みりん風調味料) 2.5 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・70g 70 減塩しょうゆ(上白糖) 5 1 みりん風調味料 2.5 合成清酒 1 大根 皮剥(ゆ) 40 1 しそ(ゆで) 1 減塩正油バック 5	酢豚	豚角肉(肩ロース) 40 減塩しょうゆ(生姜) 0.7 0.7 片栗粉 2 菜種油 2.7 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(上白糖) 7.5 2 上白糖 1 穀物酢 5 片栗粉 1	焼魚	さけ・60g 60 大根 皮剥(ゆ) 40 しそ(ゆで) 1 減塩正油バック 5 木綿豆腐 30 玉葱 ゆで 50 葱(ゆで) 10 にんにく 0.5 生姜(ゆで) 3 減塩しょうゆ(減塩みそ) 5 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		
	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 減塩正油バック 5	里芋田楽	里芋 ゆで 40 さやえんどう(減塩みそ) 6 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	もやし	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	湯葉とお浸し	湯葉 10 小松菜 ゆで 50 減塩しょうゆ(みりん風調味料) 2.5 1 削り節 0.2	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン) 58
	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(上白糖) 2.5 0.5 煮干しだし 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 煮物	胡瓜の辛し和え	きゅうり(ゆで) 20 鶏卵 15 菜種油 1 減塩しょうゆ(減塩しょうゆ) 2.5 0.2	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン) 58	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(片栗粉) 5 1	湯葉とお浸し	湯葉 10 小松菜 ゆで 50 減塩しょうゆ(みりん風調味料) 2.5 1 削り節 0.2	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン) 58		
					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(減塩しょうゆ) 2.5			ゼリー	はちみつレモン 60	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 2

	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	1765 kcal	蛋白質 57.3 g	1756 kcal	蛋白質 56.1 g	1702 kcal	蛋白質 57.1 g	1808 kcal	蛋白質 55.3 g	1742 kcal	蛋白質 56.9 g	1717 kcal	蛋白質 56.7 g	1729 kcal	蛋白質 55.4 g
	脂質 47.5 g	炭水化 267.1 g	脂質 47.0 g	炭水化 267.8 g	脂質 45.2 g	炭水化 259.8 g	脂質 49.8 g	炭水化 276.3 g	脂質 46.7 g	炭水化 265.7 g	脂質 42.0 g	炭水化 270.8 g	脂質 41.5 g	炭水化 275.6 g
	塩分 5.6 g		塩分 5.4 g		塩分 5.1 g		塩分 5.2 g		塩分 5.6 g		塩分 5.6 g		塩分 5.8 g	

献立表(週間)

透析 2

	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	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			
	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 (ゆ 減塩しょうゆ (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 ラのソ テー 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 (ゆ 上白糖	40 20 10 1 0.5 2.5 0.5	焼き魚	ほっけ・40g 大根 皮剥 (ゆ しそ 減塩しょうゆ (ゆ 野菜ソテー	40 40 1 2.5 30	野菜卵とじ	キャベツ ゆで 人参 皮剥 (ゆ さやいんげん (ゆ 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 (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 (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 (ゆ 上白糖 ごま	10 40 10 1 2.5 1 1	おおかか 和え	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 (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	切り干し大根の炒め煮	切干し大根 油揚げ 菜種油 減塩しょうゆ (ゆ 上白糖 煮干しだし	4 5 1 5 1 15	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 (ゆ 上白糖	30 10 5 1 0.5 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 (ゆ 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) 木綿豆腐 淡色辛みそ 煮干しだし	20 30 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	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	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84
	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	60 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 (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 (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	50 3 7.5 50 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	魚バタ焼き	まだら・30g 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 0.01 4 30 5 2 0.2 0.03	酢の物	なが芋 水煮 きゅうり (ゆで 上白糖 穀物酢 食塩	30 5 3 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 (ゆ	30 20 10 1 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 (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 (ゆ 上白糖 ごま油	20 3 5 2.5 0.5 0.5	レモン煮	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 (ゆ 減塩しょうゆ (ゆ	20 15 15 5	サラダ	レタス (ゆで) 人参 皮剥 (ゆ マヨネーズパッ	30 5 10	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	豚ばら 大根 皮剥 (ゆ 人参 皮剥 (ゆ 菜種油 減塩しょうゆ (ゆ	30 20 10 1 5				

献立表(週間)

透析 2

	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)	
昼			酒蒸し	あさり 18		さやいんげん (20		上白糖 1	果物	西洋なし (缶詰 40		菜種油 3		上白糖 1
	キャベツ ゆで 20	20		合成清酒 5		いりごま 0.5		煮干しだし 15				減塩みそ 4		みりん風調味料 2.5
	ツサラ 5	5		食塩 0.1		減塩しょうゆ (2.5		お浸し	デザー	粉給ムス (ラ・フラン 58		上白糖 2		煮干しだし 15
	ダ 3	3		小葱 3		上白糖 0.5	お浸し	白菜 (ゆで) 30	ト			煮物		さやえんどう 4
	マヨネーズ 8	8	果物	りんご 缶詰 40	果物	みかん缶詰 (果 40	減塩しょうゆ (2.5	削り節 0.3				凍り豆腐 4		ゴマ和 小松菜 ゆで 50
	ケチャップ 2	2		クリーム (植物 20		クリーム (植物 20		バター				減塩しょうゆ (2.5	え	減塩しょうゆ (2.5
	スイートコーン 5	5		上白糖 2		マービー 液状 5	バター	生椎茸 ゆで 20				かつお・昆布だ 10		上白糖 0.5
	お浸し						焼き	無塩バター 2				小葱 (ゆで) 5		ごま 0.5
	ほうれん草 (ゆ 40	40						食塩 0.2				果物	黄桃缶 40	味噌炒 30
	減塩しょうゆ (5	5						さやえんどう (5					クリーム (植物 20	め 玉葱 ゆで 30
	果物						果物	もも缶 (果肉) 40					マービー 液状 5	人参 皮剥 (ゆ 10
	ぶどう 缶詰 40	40						クリーム (植物 15						無塩バター 3
								マービー 液状 5						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	米飯	精白米 84
	豚生姜 60	60	肉団子	鶏ひき肉 40	チキン	若鶏もも 皮な 60	海鮮炒	するめいか 15	豚すき	豚ももスライス 60	鶏肉の	若鶏もも 皮な 60	塩焼き	さば・20g 20
	焼き 5	5	の甘酢	玉葱 ゆで 30	ソテー	食塩 0.3	め	尾なしえび 15		焼き豆腐 50	香味だ	食塩 0.3		大根 皮剥 (ゆ 40
	上白糖 1	1	あんか	鶏卵 3		白こしょう 0.01		若鶏むね皮なし 15		白菜 (ゆで) 30	れ	白こしょう 0.01		しそ 1
	合成清酒 2.5	2.5	け	食塩 0.1		菜種油 2		さやいんげん (10		葱 (ゆで) 15		低蛋白小麦粉 3		減塩正油パック 5
	生姜 3	3		白こしょう 0.01		キャベツ ゆで 30		玉葱 ゆで 20		しらたき 30		ごま油 3		
	菜種油 2	2		薄力粉 1等 0		トマト (ゆで) 15		きくらげ (乾) 1		人参 皮剥 (ゆ 8		上白糖 3		
	ブロッコリー 40	40		玉葱 ゆで 50		マヨネーズパッ 10		人参 皮剥 (ゆ 10		生椎茸 10		減塩しょうゆ (5	みそお	板こんにゃく 15
	鶏卵 25	25		人参 皮剥 (ゆ 20				グリーンピース 3		菜種油 3		穀物酢 2.5	でん	鶏卵 25
	マヨネーズパッ 10	10		乾椎茸 1	とびっ	大根 皮剥 (ゆ 20		菜種油 3		減塩しょうゆ (7.5		みりん風調味料 2.5		人参 皮剥 (ゆ 15
	れんこん 50	50		菜種油 1	こ和え	人参 皮剥 (ゆ 3		減塩しょうゆ (5		上白糖 2		葱 (ゆで) 5		減塩みそ 5
	炒煮 1	1		減塩しょうゆ (5		小松菜 ゆで 5		中華味 0.5		みりん風調味料 2.5		生姜 (ゆで) 2		合成清酒 2.5
	菜種油 2.5	2.5		上白糖 1		減塩しょうゆ (2.5		白こしょう 0.01		合成清酒 2.5		大根 皮剥 (ゆ 20		上白糖 1
	上白糖 0.5	0.5		片栗粉 1		上白糖 0.5		上白糖 1		ゴマ味	スナッパえんど 30	サラダ菜 (ゆで 5		みりん風調味料 2.5
	とうがらし 乾 0.1	0.1		穀物酢 5		とびっこ 5		合成清酒 2.5	ゴマ味	減塩みそ 6				
	おろし 40	40	わかめ	カットわかめ 1	サラダ	きゅうり (ゆで 30		穀物酢 2.5	噌和え	上白糖 1	炊き合	じゃが芋 ゆで 40	もずく	もずく 50
	和え 20	20	の煮物	油揚げ 10		レタス (ゆで) 20		片栗粉 2		上白糖 1	わせ	人参 皮剥 (ゆ 20	の酢物	生姜 (ゆで) 2
	きゅうり (ゆで 5	5		人參 皮剥 (ゆ 5		玉葱 ゆで 10		うずら卵 水煮 10		みりん風調味料 2.5		さやえんどう (4		穀物酢 5
	穀物酢 5	5		さやえんどう (5		穀物酢 5	揚げ茄	なす (ゆで) 30		いりごま 1		減塩しょうゆ (5		減塩しょうゆ (2.5
	淡口醤油 2.5	2.5		菜種油 1		ごま油 3	子	菜種油 5	なめこ			上白糖 1		上白糖 3
	ソテー			減塩しょうゆ (2.5		減塩しょうゆ (2.5		生姜 (ゆで) 1	おろし			昆布だし 15	椀物	茶そば 20
	玉葱 ゆで 40	40		上白糖 0.5		おろししょうが 1		小葱 (ゆで) 3		大根 皮剥 (ゆ 40				葱 (ゆで) 5
	人参 皮剥 (ゆ 10	10			ゼリー	青りんごゼリー 60		減塩正油パック 5		きゅうり (ゆで 10				乾椎茸 0.5
	菜種油 1	1						きのこ	ゼリー	なめこ (水煮缶 20				減塩しょうゆ (5
	コンソメ 0.5	0.5	なすの	さやいんげん (20				マヨネ	はちみつレモン 60	減塩しょうゆ (2.5				かつお・昆布だ 30
	白こしょう 0.01	0.01	味噌煮	なす 50				ーズ和		湯豆腐				
				減塩みそ 6				え		切りみつば ゆ 5				
				上白糖 1				エリンギ 10		木綿豆腐 25				
				煮干しだし 10				いりごま 1		減塩しょうゆ (2.5				
								マヨネーズ 8		ゼリー				
										オレンジゼリー 50				

献立表(週間)

透析 2

	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			デザート	粉飴ムス(ラ・フラン) 58			食塩 0.1 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 1709 kcal	蛋白質 57.4 g	エネルギー 1783 kcal	蛋白質 58.7 g	エネルギー 1706 kcal	蛋白質 58.7 g	エネルギー 1732 kcal	蛋白質 54.4 g	エネルギー 1701 kcal	蛋白質 53.6 g	エネルギー 1731 kcal	蛋白質 57.6 g	エネルギー 1730 kcal	蛋白質 55.8 g
	脂質 47.5 g	炭水化 252.9 g	脂質 47.5 g	炭水化 271.4 g	脂質 49.5 g	炭水化 253.5 g	脂質 44.2 g	炭水化 274.1 g	脂質 47.4 g	炭水化 263.4 g	脂質 44.1 g	炭水化 269.5 g	脂質 48.1 g	炭水化 258.9 g
	塩分 5.9 g		塩分 5.5 g		塩分 5.7 g		塩分 5.7 g		塩分 5.4 g		塩分 5.9 g		塩分 5.8 g	

献立表(週間)

透析 2

	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	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																																												
	中華炒め	若鶏ささ身 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ) キャベツ ゆで さやえんどう(ごま油 減塩しょうゆ(白こしょう 片栗粉	20 20 10 30 5 3 5 0.01 1	焼き魚	ほっけ・20g 大根 皮剥(ゆ) しそ 減塩正油パック なが芋(ゆで) 煮干しだし 減塩しょうゆ(焼きのり	20 40 0.5 5 30 5 2.5 0.2	豆腐煮	焼き豆腐 人参 皮剥(ゆ) 減塩しょうゆ(白白糖 上白糖 煮干しだし	50 15 2.5 0.5 30	干草焼	冷凍全卵 上白糖 食塩 小松菜 ゆで 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ)	20 0.5 0.15 5 5 2.5	含め煮	こつぶがんも 減塩しょうゆ(白白糖 みりん風調味料 煮干しだし さやえんどう(もやし ゆで 人参 皮剥(ゆ) 焼きのり 減塩しょうゆ(キャベツ ゆで 葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 2.5 1 30 4 5 5 0.3 2.5 20 10 150	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	ゴマ和え	さやいんげん(キャベツ ゆで 減塩しょうゆ(白白糖 ごま	20 30 2.5 0.5 1	さつま芋煮	さつま芋(ゆで) 減塩しょうゆ(煮干しだし 小葱(ゆで)	30 2.5 0.5 5 1.5	えのきと胡瓜の和え物	えのき茸 きゅうり(ゆで) 食塩 みりん風調味料	20 40 0.2 1	漬物	なす しば漬 なす しば漬	10 10	味噌汁	味付けのり 玉葱 ゆで 大根 葉(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	1 20 10 10 150	みそ汁	白菜(ゆで) 棒麩 淡色辛みそ 煮干しだし	10 1 10 150	梅漬け	梅干し(調味漬)	5	松前漬	松前漬	15	おかか和え	小松菜 ゆで 濃口醤油 上白糖 削り節	40 2.5 0.5 0.3	みそ汁	もやし ゆで 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 5 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		
昼	米飯	精白米	84	米飯	精白米	84	塩ラーメン	中華めん ゆで 豚もも 赤肉 菜種油 生姜(ゆで) 減塩しょうゆ(白白糖 合成清酒 しなちく なると 鶏卵 小葱(ゆで) 食塩 鶏ガラスープ 白こしょう	200 30 1 2 2.5 1 2.5 5 5 25 3 0.3 2 0.01	米飯	精白米	84	パン	バターロール30 メロンパン65g	30 65	魚の唐揚げ	魚の唐揚げ そい 40g 減塩しょうゆ(合成清酒 みりん風調味料 片栗粉 菜種油 レタス(ゆで)	40 40 5 2 2 1 5 10	カレー風味メソチカツ	合挽肉 玉葱 ゆで なが芋 鶏卵 白こしょう カレー粉 薄力粉 1等 カレー粉 鶏卵 パン粉(乾燥) 菜種油 キャベツ ゆで 人参 皮剥(ゆ) ソースパック	40 40 5 3 0.01 0.5 5 0.3 5 6 8 20 5 5	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	60 3 20 5 5 2 0.5 1 20	野菜炒め	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(減塩しょうゆ(白白糖 片栗粉	50 10 5 3 0.3 3 5 1 1	鶏肉の塩麴焼き	若鶏もも 皮な 塩こうじ 菜種油 ブロッコリー マヨネーズパツ	60 3 1 20 10	三平汁	まだら・20g 木綿豆腐 大根 皮剥(ゆ) 人参 皮剥(ゆ) 小松菜 ゆで 葱(ゆで) 生姜 食塩 合成清酒 昆布だし	20 25 20 10 10 5 0.5 1 2.5 150	鶏のから揚げ	若鶏もも 皮な 減塩しょうゆ(白こしょう 合成清酒 薄力粉 1等 菜種油	20 2.5 1 4 8	魚の唐揚げ	魚の唐揚げ そい 40g 減塩しょうゆ(合成清酒 みりん風調味料 片栗粉 菜種油 レタス(ゆで)	40 40 5 2 1 5 10	煮物	たけのこ 水煮 ふき ゆで 板こんにゃく 人参 皮剥(ゆ) 淡口醤油 上白糖 煮干しだし	30 20 20 15 2.5 1 15	サラダ	ブロッコリー ライトツナ缶(マヨネーズ	50 10 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(減塩しょうゆ(白白糖 片栗粉	50 10 5 3 0.3 3 5 1 1	チキンピカタ	若鶏もも 皮な 食塩 白こしょう 薄力粉 1等 鶏卵 調合油 ケチャップ サニーレタス(きょうな ゆで ぶなしめじ 黄ピーマン(ゆ) 菜種油 かき油 合成清酒	60 0.3 0.01 6 5 2 10 4 30 10 5 3 1	こんにゃくの炒め煮	つきこんにゃく えんどう ゆで 菜種油 減塩しょうゆ(白白糖 かつおだし	40 5 3 2.5 0.5 0.5	バターソース炒め	チンゲンサイ 人参 皮剥(ゆ) 赤ピーマン(ゆ) スナップえんど 無塩バター 食塩 白こしょう	30 15 15 10 2 0.2 0.01	ツナマヨ和え	ブロッコリー ライトツナ缶(マヨネーズ	50 10 5	トマト(ゆで) きゅうり(ゆで) 鶏卵	20 20 25	お浸し	白菜(ゆで) 減塩しょうゆ(白白糖 かつおだし	40 2.5 1

献立表(週間)

透析 2

	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)															
夕					ゼリー	はちみつレモン	60																					
栄養価	エネルギー	1783 kcal	蛋白質	56.3 g	エネルギー	1749 kcal	蛋白質	47.5 g	エネルギー	1757 kcal	蛋白質	58.7 g	エネルギー	1752 kcal	蛋白質	56.5 g	エネルギー	1711 kcal	蛋白質	57.3 g	エネルギー	1793 kcal	蛋白質	57.7 g	エネルギー	1831 kcal	蛋白質	58.6 g
	脂質	44.9 g	炭水化	282.3 g	脂質	49.0 g	炭水化	274.7 g	脂質	44.3 g	炭水化	269.5 g	脂質	42.8 g	炭水化	278.2 g	脂質	47.8 g	炭水化	253.0 g	脂質	43.5 g	炭水化	284.7 g	脂質	48.7 g	炭水化	280.2 g
	塩分	5.4 g			塩分	5.6 g			塩分	5.8 g			塩分	5.1 g			塩分	5.8 g			塩分	5.5 g			塩分	5.3 g		