

10月

# 献立表

朝食の献立については一般食と制限食も同様の献立になっております。一部、例外の日もございますが、その部分につきましては糖尿・減塩（献立名）で記載しております。



1日 (火)	朝食 味噌汁 吹き寄せ煮 ふりかけ 牛乳	昼食 味噌汁 鮭の豆腐マヨ焼き ブロッコリーと しめじのクリーム煮 ほうれん草のごま和え	糖尿食 鮭の豆腐マヨ焼き ブロッコリーと しめじのクリーム煮 ほうれん草のごま和え	夕食 厚揚げと豚肉の炒め物 大根のそぼろあん ポテトサラダ	糖尿食 厚揚げと豚肉の炒め物 大根のそぼろあん 野菜大豆煮
			減塩食 鮭の豆腐マヨ焼き ブロッコリーと しめじのクリーム煮 ほうれん草のごま和え		減塩食 厚揚げと豚肉の炒め物 大根のそぼろあん ポテトサラダ
2日 (水)	朝食 味噌汁 ほっけの塩焼き ねり梅 牛乳	昼食 味噌汁 白身魚フライ いんげんの炒め煮 キャベツの生姜和え プリン	糖尿食 白身魚フライ いんげんの炒め煮 キャベツの生姜和え ビタミンゼリー	夕食 肉豆腐 じゃがいもと ベーコンのソテー 菜の花の ピーナッツ和え	糖尿食 肉豆腐 じゃがいもと ベーコンのソテー 菜の花の ピーナッツ和え
			減塩食 白身魚フライ いんげんの炒め煮 キャベツの生姜和え プリン		減塩食 肉豆腐 じゃがいもと ベーコンのソテー 菜の花の ピーナッツ和え
3日 (木)	朝食 味噌汁 プレーンオムレツ ふりかけ 牛乳	昼食 味噌汁 デミグラスハンバーグ さつまいもの甘煮 いんげんの ごまマヨネーズ和え	糖尿食 デミグラスハンバーグ さつまいもの甘煮 いんげんの ごまマヨネーズ和え	夕食 赤魚のきのご蒸し 厚揚げの煮物 ほうれん草の ごま醤油和え バナナ	糖尿食 赤魚のきのご蒸し 厚揚げの煮物 ほうれん草の ごま醤油和え バナナ
			減塩食 デミグラスハンバーグ さつまいもの甘煮 いんげんの ごまマヨネーズ和え		減塩食 赤魚のきのご蒸し 厚揚げの煮物 ほうれん草の ごま醤油和え バナナ
4日 (金)	朝食 味噌汁 小松菜の煮物 野菜大豆煮 糖尿・減塩(ふりかけ) 牛乳	昼食 芋ごはん 味噌汁 さわらの南部焼き えびと玉葱の卵とじ 切干しの生酢	糖尿食 芋ごはん さわらの南部焼き えびと玉葱の卵とじ 切干しの生酢	夕食 鶏のカレームニエル 卵の花煮 もやし生姜和え	糖尿食 鶏のカレームニエル 卵の花煮 もやし生姜和え
			減塩食 芋ごはん さわらの南部焼き えびと玉葱の卵とじ 切干しの生酢		減塩食 鶏のカレームニエル 卵の花煮 もやし生姜和え
5日 (土)	朝食 味噌汁 だし巻き卵 たいみそ 牛乳	昼食 味噌汁 鱧の野菜あんかけ 大根の和風サラダ とろろ	糖尿食 鱧の野菜あんかけ 大根の和風サラダ とろろ	夕食 クリームシチュー 小松菜のごま和え うろり佃煮	糖尿食 クリームシチュー 小松菜のごま和え きゅうりの生姜和え
			減塩食 鱧の野菜あんかけ 大根の和風サラダ とろろ		減塩食 クリームシチュー 小松菜のごま和え きゅうりの生姜和え
6日 (日)	朝食 味噌汁 じゃがいものそぼろ煮 味付け海苔 牛乳	昼食 すまし汁 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮付け キャベツの中華サラダ	糖尿食 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮付け キャベツの中華サラダ	夕食 さばの塩焼き 牛肉と豆腐の旨煮 菜の花の 辛子酢味噌和え 水ようかん	糖尿食 さばの塩焼き 牛肉と豆腐の旨煮 菜の花の辛子和え ビタミンゼリー
			減塩食 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮付け キャベツの中華サラダ		減塩食 さばの塩焼き 牛肉と豆腐の旨煮 菜の花の辛子和え 水ようかん
7日 (月)	朝食 味噌汁 千切り煮 のり佃煮 糖尿・減塩(たいみそ) 牛乳	昼食 味噌汁 鶏の山椒焼き なすの揚げ出し ほうれん草の磯和え	糖尿食 鶏の山椒焼き なすの揚げ出し ほうれん草の磯和え	夕食 ふくさ焼卵 肉じゃが キャベツの わさびマヨ和え	糖尿食 ふくさ焼卵 肉じゃが キャベツの わさびマヨ和え
			減塩食 鶏の山椒焼き なすの揚げ出し ほうれん草の磯和え		減塩食 ふくさ焼卵 肉じゃが キャベツの わさびマヨ和え

※患者様によっては病状やアレルギーなどから献立が異なる場合がございます。  
食物アレルギーをお持ちの方や、詳しい食事内容が気になる方はお気軽に栄養士までお問合せ下さいませ。