

12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。



3日 (火)	朝食 味噌汁 いんげんの炒め煮 たいみそ 牛乳	昼食 豚汁 カレイの和風ステーキ 焼き豆腐の煮物 バナナ	糖尿食 カレイの和風ステーキ 焼き豆腐の煮物 ほうれん草のごま和え	夕食 鶏肉のパン粉焼き 里芋の煮ころがし コールスローサラダ	糖尿食 鶏肉のパン粉焼き 里芋の煮ころがし コールスローサラダ
			減塩食 カレイの和風ステーキ 焼き豆腐の煮物 ほうれん草のごま和え		減塩食 鶏肉のパン粉焼き 里芋の煮ころがし コールスローサラダ
4日 (水)	朝食 味噌汁 ほっけの塩焼き 味付け海苔 牛乳	昼食 味噌汁 牛肉のしぐれ煮 ほうれん草のソテー もやしのナムル	糖尿食 牛肉のしぐれ煮 ほうれん草のソテー もやしのナムル	夕食 さつま芋ごはん 鮭の南部焼き 炒り豆腐 いんげんの ごま味噌マヨ和え	糖尿食 さつま芋ごはん 鮭の南部焼き 炒り豆腐 いんげんの ごま味噌マヨ和え
			減塩食 牛肉のしぐれ煮 ほうれん草のソテー もやしのナムル		減塩食 さつま芋ごはん 鮭の南部焼き 炒り豆腐 いんげんの ごま味噌マヨ和え
5日 (木)	朝食 味噌汁 洋風たまごやき のり佃煮 糖尿・減塩(ふりかけ) 牛乳	昼食 すまし汁 白身魚のフライ タルタルソース 小松菜の炒め煮 漬物 ヨーグルト	糖尿食 白身魚フライ 小松菜の炒め煮 菜の花のごま和え ビタミンゼリー	夕食 豚肉と玉葱の炒め物 卵豆腐 ほうれん草の菜種和え	糖尿食 豚肉と玉葱の炒め物 卵豆腐 ほうれん草の菜種和え
			減塩食 白身魚フライ 小松菜の炒め煮 菜の花のごま和え ヨーグルト		減塩食 豚肉と玉葱の炒め物 卵豆腐 ほうれん草の菜種和え
6日 (金)	朝食 味噌汁 千切り煮 のり佃煮 牛乳	昼食 味噌汁 鶏のカレームニエル えびしゅうまい ほうれん草の浸し	糖尿食 鶏のカレームニエル えびしゅうまい ほうれん草の浸し	夕食 赤魚の味噌漬焼き 湯豆腐 もやしと きゅうりのマヨ和え	糖尿食 赤魚の味噌漬焼き 湯豆腐 もやしと きゅうりのマヨ和え
			減塩食 鶏のカレームニエル えびしゅうまい ほうれん草の浸し		減塩食 赤魚の味噌漬焼き 湯豆腐 もやしと きゅうりのマヨ和え
7日 (土)	朝食 味噌汁 じゃが芋とツナの煮物 ふりかけ 牛乳	昼食 すまし汁 麻婆豆腐 マカロニサラダ 青梗菜の華風浸し ヨーグルト	糖尿食 麻婆豆腐 マカロニサラダ 青梗菜の華風浸し	夕食 ぶりの照り焼き 野菜炒め キャベツの わさび醤油和え	糖尿食 ぶりの照り焼き 野菜炒め キャベツの わさび醤油和え
			減塩食 麻婆豆腐 マカロニサラダ 青梗菜の華風浸し		減塩食 ぶりの照り焼き 野菜炒め キャベツの わさび醤油和え
8日 (日)	朝食 味噌汁 だし巻き卵 ねり梅 牛乳	昼食 味噌汁 鮭のムニエル 菜の花の辛子和え バナナ 漬物	糖尿食 鮭のムニエル 菜の花の辛子和え 白菜の酢の物	夕食 蒸鶏のごまだれかけ じゃが芋と ベーコンのソテー 小松菜の梅おかか和え	糖尿食 蒸鶏のごまだれかけ じゃが芋と ベーコンのソテー 小松菜の梅おかか和え
			減塩食 鮭のムニエル 菜の花の辛子和え 白菜の酢の物 バナナ		減塩食 蒸鶏のごまだれかけ じゃが芋と ベーコンのソテー 小松菜の梅おかか和え
9日 (月)	朝食 味噌汁 湯豆腐 ふりかけ 牛乳	昼食 カレーライス ポテトサラダ バナナ ヨーグルト	糖尿食 カレーライス ポテトサラダ ヨーグルト	夕食 さばの塩焼き なすの揚げ出し とろろ	糖尿食 さばの塩焼き なすの揚げ出し とろろ
			減塩食 カレーライス ポテトサラダ バナナ ヨーグルト		減塩食 さばの塩焼き なすの揚げ出し とろろ

※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。