

1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。



14日 (火)	朝食	味噌汁	豚汁	赤魚の味噌漬焼き	糖尿食	赤魚の味噌漬焼き 焼き豆腐の煮物 ほうれん草のごま和え みかん	夕食	鶏肉のパン粉焼き	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
		湯豆腐		赤魚の味噌漬焼き		減塩食		赤魚の味噌漬焼き 焼き豆腐の煮物 ほうれん草のごま和え みかん		減塩食
15日 (水)	朝食	味噌汁	味噌汁	豚肉と玉葱の炒め物	糖尿食	豚肉と玉葱の炒め物 もやしのナムル 野菜大豆煮 ビタミンゼリー	夕食	鮭の南部焼き	糖尿食	鮭の南部焼き 炒り豆腐 いんげんの ごま味噌マヨ和え
		ほっけの塩焼き		もやしのナムル		減塩食		豚肉と玉葱の炒め物 もやしのナムル 野菜大豆煮 ヨーグルト		減塩食
16日 (木)	朝食	味噌汁	すまし汁	白身魚フライ	糖尿食	白身魚フライ 小松菜の炒め煮 大根おろし	夕食	牛肉のしぐれ煮	糖尿食	牛肉のしぐれ煮 ほうれん草のソテー 湯豆腐
		洋風たまご焼き		白身魚フライ タルタルソースかけ 小松菜の炒め煮		減塩食		白身魚フライ 小松菜の炒め煮 大根おろし		減塩食
17日 (金)	朝食	味噌汁	ハヤシライス	もやしの中華サラダ	糖尿食	ハヤシライス もやしの中華サラダ ビタミンゼリー	夕食	さばの塩焼き	糖尿食	さばの塩焼き なすの揚げ出し とろろ
		いんげんの炒め煮		もやしの中華サラダ		減塩食		ハヤシライス もやしの中華サラダ ヨーグルト		減塩食
18日 (土)	朝食	味噌汁	味噌汁	鶏のカレームニエル	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	カレーの和風ステーキ	糖尿食	カレーの和風ステーキ 卵豆腐 きゅうりと もやしのマヨ和え
		千切り煮		鶏のカレームニエル		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
19日 (日)	朝食	味噌汁	すまし汁	麻婆豆腐	糖尿食	麻婆豆腐 マカロニサラダ 青梗菜の華風浸し ビタミンゼリー	夕食	ぶりの照り焼き	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
		じゃが芋とツナの煮物		麻婆豆腐		減塩食		麻婆豆腐 マカロニサラダ 青梗菜の華風浸し ヨーグルト		減塩食
20日 (月)	朝食	味噌汁	味噌汁	鮭のムニエル	糖尿食	鮭のムニエル 菜の花の辛子和え	夕食	蒸鶏のごまだれかけ	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
		だし巻き卵		鮭のムニエル		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

※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。