

3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。



4日(火)	朝食	味噌汁 とろろ 野菜大豆煮 牛乳	昼食	味噌汁 アジフライ 千切り煮 漬物 ヨーグルト	糖尿食	アジフライ 千切り煮 小松菜のおかか和え	夕食	牛肉とピーマンの炒め物 南瓜のサラダ 白菜の酢の物	糖尿食	ササミと アスパラの炒め物 南瓜のサラダ 白菜の酢の物
					減塩食	アジフライ 千切り煮 小松菜のおかか和え		減塩食	牛肉と ピーマンの炒め物 南瓜のサラダ 白菜の酢の物	
5日(水)	朝食	味噌汁 ほっけの塩焼き ふりかけ 牛乳	昼食	味噌汁 豚のケチャップ炒め きのご豆腐 菜の花の浸し 果物ゼリー	糖尿食	豚のケチャップ炒め きのご豆腐 菜の花の浸し ビタミンゼリー	夕食	鯖の揚げおろし煮 長芋の煮つけ キャベツの和え物	糖尿食	鯖の揚げおろし煮 長芋の煮つけ キャベツの和え物
					減塩食	豚のケチャップ炒め きのご豆腐 菜の花の浸し 果物ゼリー		減塩食	鯖の揚げおろし煮 長芋の煮つけ キャベツの和え物	
6日(木)	朝食	味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 のり佃煮 糖尿・減塩(ふりかけ) 牛乳	昼食	味噌汁 ふくさ焼卵 しゅうまい ほうれん草の磯和え	糖尿食	ふくさ焼卵 しゅうまい ほうれん草の磯和え	夕食	鮭の タルタルソースかけ ふろふき大根 キャベツの和風サラダ	糖尿食	鮭の タルタルソースかけ ふろふき大根 キャベツの和風サラダ
					減塩食	ふくさ焼卵 しゅうまい ほうれん草の磯和え		減塩食	鮭の タルタルソースかけ ふろふき大根 キャベツの和風サラダ	
7日(金)	朝食	味噌汁 だし巻き卵 ふりかけ 牛乳	昼食	わかめスープ 八宝菜 さつま芋のレモン煮 青梗菜の浸し プリン	糖尿食	八宝菜 さつま芋のレモン煮 青梗菜の浸し ビタミンゼリー	夕食	赤魚の煮付け 吹き寄せ煮 いんげんの ごまマヨネーズ和え	糖尿食	赤魚の煮付け 吹き寄せ煮 いんげんの ごまマヨネーズ和え
					減塩食	八宝菜 さつま芋のレモン煮 青梗菜の浸し プリン		減塩食	赤魚の煮付け 吹き寄せ煮 いんげんの ごまマヨネーズ和え	
8日(土)	朝食	味噌汁 小松菜の煮浸し ふりかけ 牛乳	昼食	味噌汁 ハンバーグ 菜の花の ピーナッツ和え ポテトサラダ	糖尿食	ハンバーグ 菜の花の ピーナッツ和え とろろ	夕食	カレイの山椒焼き 里芋のそぼろあん ほうれん草のごま和え	糖尿食	カレイの山椒焼き 里芋のそぼろあん ほうれん草のごま和え
					減塩食	ハンバーグ 菜の花の ピーナッツ和え とろろ		減塩食	カレイの山椒焼き 里芋のそぼろあん ほうれん草のごま和え	
9日(日)	朝食	味噌汁 プレーンオムレツ 味付けのり 牛乳	昼食	焼肉風 南瓜の煮つけ 湯豆腐 果物ゼリー	糖尿食	焼肉風 南瓜の煮つけ 湯豆腐 ビタミンゼリー	夕食	鯖の味噌煮 舞茸きんぴら もやしの酢の物	糖尿食	鯖の塩焼き 舞茸きんぴら もやしの酢の物
					減塩食	焼肉風 南瓜の煮つけ 湯豆腐 果物ゼリー		減塩食	鯖の塩焼き 舞茸きんぴら もやしの酢の物	
10日(月)	朝食	味噌汁 豆腐田楽 ふりかけ 牛乳	昼食	ゆかりごはん 味噌汁 鮭の豆腐マヨ焼き 白菜の わさび醤油和え ヨーグルト	糖尿食	ゆかりごはん 鮭の豆腐マヨ焼き 白菜のおかか和え ビタミンゼリー	夕食	鶏のみそ焼き 大根のコンソメ煮 ほうれん草のごま和え	糖尿食	鶏のみそ焼き 大根のコンソメ煮 ほうれん草のごま和え
					減塩食	ゆかりごはん 鮭の豆腐マヨ焼き 白菜のおかか和え ヨーグルト		減塩食	鶏のみそ焼き 大根のコンソメ煮 ほうれん草のごま和え	

※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。