

予定実施献立表

院長	事務長	栄養士	栄養士	栄養士

2011年6月1日 水曜日

	常食	全粥	特食 糖尿病 1200	特食 高血圧 II度	特食 胃潰瘍	特食 高脂血症	低たん白質食
	エネルギー: 1841 kcal 蛋白: 73.0 g 脂質: 46.8 鉄: 5.9 mg カルシウム: 639 mg 食塩: 8.90 g	エネルギー: 2065 kcal 蛋白: 88.9 g 脂質: 54.0 鉄: 7.2 mg カルシウム: 952 mg 食塩: 12.00 g	エネルギー: 1662 kcal 蛋白: 83.8 g 脂質: 50.2 鉄: 5.1 mg カルシウム: 572 mg 食塩: 7.50 g	エネルギー: 2457 kcal 蛋白: 93.9 g 脂質: 51.0 鉄: 7.9 mg カルシウム: 638 mg 食塩: 5.80 g	エネルギー: 1828 kcal 蛋白: 73.7 g 脂質: 40.1 鉄: 6.1 mg カルシウム: 581 mg 食塩: 5.20 g	エネルギー: 1779 kcal 蛋白: 71.1 g 脂質: 32.7 鉄: 5.9 mg カルシウム: 362 mg 食塩: 5.20 g	エネルギー: 1284 kcal 蛋白: 51.4 g 脂質: 33.0 鉄: 4.7 mg カルシウム: 565 mg 食塩: 5.30 g
朝食	パン 食パン 60	パン粥 食パン 80 普通牛乳 110 砂糖 1	パン "	ごはん 精白米 90	ごはん "	ごはん "	ごはん 精白米 50
	いちごジャム いちごジャム 15	パン 食パン 120	マーガリン フレッシュマリン 8	(粥)全粥 精白米 67	味噌汁 "	味噌汁 "	味噌汁 "
	マカロニサラダ EXマカロニサラダ21 100	いちごジャム "	(粥)パン粥 食パン 80 普通牛乳 110 砂糖 1	味噌汁 みそ 10 煮干し 1.5 豆腐 木綿 30 ふのり 乾 0.7	白菜の炒め物 "	白菜の炒め物 "	白菜の炒め物 "
	果物 みかん 64	マカロニサラダ "	大根のサラダ だいこん 60 シーチキン 20 かいわれ 3 ノンオイル青じそドレ 8	白菜の炒め物 はくさい 50 たまねぎ 30 にんじん 5 ピーマン 5 ぶた もも、脂身つき 10 植物油 3 食塩 0.5 こしょう 0.3	のり佃煮 "	のり佃煮 "	のり佃煮 "
	牛乳 牛乳 200ml 200	果物 バナナ 86	果物 (みかん ー) バナナ 100	のり佃煮 のり佃煮 8	牛乳 "	豆乳 豆乳飲料 200	牛乳 "
		牛乳 "	牛乳 "	牛乳 "			
		ヤクルト80 ヤクルト80 80 ヨーグルト 100					
昼食	ごはん 精白米 110	全粥 精白米 65	ごはん 精白米 50	ごはん 精白米 90	ごはん 精白米 90	ごはん 精白米 90	ごはん 精白米 50
	味噌汁 みそ 13 いりこだし 1 にんじん 5 だいこん 20	味噌汁 "	蒸し鶏味噌たれ "	(粥)全粥 精白米 67	豚肉のしそ炒め "	豚肉のしそ炒め "	豚肉のしそ炒め(半分) ぶた もも、脂身つき 40 酒 3 しょうゆ 5 でん粉 3 しそ葉 1 長ねぎ 5 にんにく 0.5 植物油 3 食塩 0.5
	ピーマンの肉詰め ピーマン 40 ぶた ひき肉 30 にわとり ひき肉 20 たまねぎ 10 食塩 0.5 こしょう 0.3 鶏卵 5 パン粉 5 植物油 5 ケチャップ 10 中濃ソース 10	蒸し鶏味噌たれ 鶏手羽 80 食塩 0.5 こしょう 0.3 酒 2 赤みそ 10 黒いりごま 1	とろろ芋(うずら卵)100g とろろ芋(冷凍) 100 うずら卵 全卵、生 10 しょうゆ 減塩 5	豚肉のしそ炒め ぶた もも、脂身つき 80 酒 3 しょうゆ 5 でん粉 3 しそ葉 1 長ねぎ 5 にんにく 0.5 植物油 3 食塩 0.5	三色和え "	三色和え "	三色和え "
	つけ合わせ トマト 40	つけ合わせ "	白菜のごま和え(1/2) はくさい 35 にんじん 2.5 焼き竹輪 5 白いりごま 2.5 しょうゆ 3 砂糖 1.5 みりん 1	三色和え 緑豆もやし 70 にんじん 10 さやえんどう ゆで 10 ごま油 2 しょうゆ 5 砂糖 2 食塩 0.3 白いりごま 1	つぼ漬 つぼ漬 15	つぼ漬 "	つぼ漬 "
	白菜のごま和え はくさい 70 にんじん 5 焼き竹輪 10 白いりごま 5 しょうゆ 6 砂糖 3 みりん 2	白菜のごま和え "		果物 オレンジ 200 ネーブル 100 バナナ 100	果物 (バナナ ー)	果物 (バナナ ー)	果物 (バナナ ー)
夕食	ごはん 精白米 110	全粥 精白米 65	ごはん 精白米 50	(粥)全粥 精白米 67	ごはん 精白米 90	ごはん 精白米 90	ごはん 精白米 50
	味噌汁 みそ 13 いりこだし 1 豆腐 木綿 30 長ねぎ 5	味噌汁 "	焼き魚(1/2) さば 40 だいこん 40 しょうゆ 減塩 5	焼き魚 (油子 ー) ほっけ 80 しょうゆ 減塩 5	焼き魚 (油子 ー) ほっけ 80 しょうゆ 減塩 5	焼き魚 (油子 ー) ほっけ 80 しょうゆ 減塩 5	焼き魚(半分) ほっけ 40 だいこん 40 しょうゆ 減塩 5
	焼き魚 油子 109 だいこん 40	煮魚 骨なし助宗だら 80 砂糖 3 しょうゆ 6	(粥)煮魚 骨なし助宗だら 80 砂糖 3 しょうゆ 6	(粥)煮魚 冷凍さんま(骨なし) 60 砂糖 3 しょうゆ 減塩 6	炊き合わせ "	炊き合わせ "	炊き合わせ "
	筍の土佐煮 たけのこ 水煮缶詰 80 砂糖 2 みりん 2 しょうゆ 8 かつお節 0.5	筍の土佐煮 "	筍の土佐煮 "	炊き合わせ 凍り豆腐 15 にんじん 20 干しいたけ 2 さやえんどう ゆで 5 砂糖 2 みりん 2 しょうゆ 5	蒸し芋 "	蒸し芋 "	蒸し芋 "
	なす漬 なす漬 15	なす漬 "	なす漬 "	蒸し芋 さつまいも 60			