

献立表(週間)

透析 1

	11月1日(木)			11月2日(金)			11月3日(土)			11月4日(日)			11月5日(月)			11月6日(火)			11月7日(水)												
朝	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70										
	小松菜の炒煮	小松菜 ゆで 赤ピーマン(ゆ 油揚げ 菜種油 減塩しょうゆ(2.5 上白糖	20 10 10 1 2.5 1	焼き魚 あじ・20g 食塩 しそ(ゆで)	20 0.1 1	切り干 切干し大根 し大根 の煮物	3 10 1	豆腐の 野菜あ んかけ	25 30 5	野菜炒 冷凍全卵 かつおだし キャベツ ゆで グリーンアスパ 人参 皮剥(ゆ 食塩	50 5 20 10 10 0.5	五目煮 さつま揚げ 大根 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ 乾椎茸 さやいんげん(10 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 煮干しだし	20 20 50 10 0.5 1 20	鮭甘塩 焼き しそ(ゆで)	20 1 20	鶏卵 塩ﾊﾟｯｸ0.3g	25 0.3	蒸し豆 木綿豆腐 減塩正油ﾊﾟｯｸ	50 5	チンゲ ン菜の 炒め煮	20 10 10	チンゲンサイ 玉葱 ゆで 赤ピーマン(ゆ 菜種油 減塩しょうゆ(5 上白糖	20 10 10 1 5 1	塩たら たらこ しそ	5 1	小松菜 ゆで もやし ゆで 人参 皮剥(ゆ ごま 減塩しょうゆ(2.5 穀物酢 上白糖 ごま油	20 5 7.5 1 2.5 2.5 2 0.5				
	茹で卵	鶏卵 塩ﾊﾟｯｸ0.3g	25 0.3	カリフ ぶなしめじ カリフラワー 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 いりごま	10 10 20 0.5 0.5	サラダ レタス(ゆで) 黄ピーマン(ゆ 赤ピーマン(ゆ 穀物酢 オリーブ油 食塩 白こしょう	30 5 5 5 3 0.3 0.01	きゅう きゅうり(ゆで 梅干し(調味漬 肉和え みりん風調味料 上白糖	30 2 0.5 0.2	梅和え 梅干し(調味漬 みりん風調味料 白菜(ゆで)	2 2.5 40	みそ汁 キャベツ ゆで ほうれん草(ゆ 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	みそ汁 木綿豆腐 カットわかめ 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 0.5 2 10 150	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100				
	みそ汁	玉葱 ゆで 大根 葉 淡色辛みそ 煮干しだし	20 20 10 150	みそ汁 小松菜 ゆで 棒麩 淡色辛みそ 煮干しだし	10 2 10 150	みそ汁 玉葱 ゆで もやし ゆで 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 2 10 150	みそ汁 さやえんどう(5 ぶなしめじ 白菜(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	5 10 20 10 150	みそ汁 キャベツ ゆで ほうれん草(ゆ 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	みそ汁 キャベツ ゆで ほうれん草(ゆ 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	みそ汁 木綿豆腐 カットわかめ 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 0.5 2 10 150	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100				
	味付けのり	味付けのり	1	みそ汁 小松菜 ゆで 棒麩	20 2	みそ汁 玉葱 ゆで もやし ゆで 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 2 10 150	みそ汁 さやえんどう(5 ぶなしめじ 白菜(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	5 10 20 10 150	みそ汁 キャベツ ゆで ほうれん草(ゆ 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	みそ汁 キャベツ ゆで ほうれん草(ゆ 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 10 150	みそ汁 木綿豆腐 カットわかめ 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 0.5 2 10 150	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100				
	牛乳	牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100	牛乳 牛乳	100				
昼	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	バター ライス	ゆめごはん1/5 無塩バター 食塩 白こしょう	180 8 0.1 0.01	そば そば ゆで 葱(ゆで)	180 5	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1
	ザンギ	若鶏もも 皮な 生姜 減塩しょうゆ(5 合成清酒 薄力粉 1等 調合油 サニーレタス レモン	30 3 5 1 6 6 5 10	ポーク カレー 豚並肉(肩・脂 じゃが芋 ゆで 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ 無塩バター 薄力粉 1等 牛乳 カレーフレーク カレー粉	30 20 20 10 5 2 30 8 0.5	西京焼 き さけ・60g 減塩みそ みりん風調味料 上白糖 大根 皮剥(ゆ しそ(ゆで)	180 8 0.1 0.01 60 2.5 5 1 40 1	そば そば ゆで 葱(ゆで) かつお・昆布だ めんみ 1.8L	180 5 150 10	煮魚 まこがれい・40 生姜 減塩しょうゆ(7.5 上白糖 合成清酒 里芋 ゆで 小松菜 ゆで	40 2 7.5 1 2.5 20 20	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1
	大根なます	大根 皮剥(ゆ はつかだいこん きゅうり(ゆで 穀物酢 上白糖 食塩	40 5 10 5 3 0.3	ケチャップ ウスターソース ワイン(白) 漬物 だいこん 福神	1 5 2 5	ジャガ バター じゃが芋 ゆで 無塩バター 食塩 パセリ(粉)	30 5 0.1 0.1	肉じゃ が じゃが芋 ゆで 若鶏むね皮なし 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ 調合油	40 10 20 10 1	けんち ん煮 木綿豆腐 大根 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ 減塩しょうゆ(5 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	10 20 10 5 1 2.5 15	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1
	焼きかぼちゃ	西洋かぼちゃ(40 食塩 白こしょう プロセスチーズ	0.2 0.01 5	長いも サラダ なが芋 水煮 しそ 穀物酢 調合油 減塩しょうゆ(2.5	20 0.3 5 3 2.5	梅肉和 え かぶ 皮剥(ゆ みょうが 梅漬 なす しば漬	40 1 5 10	肉じゃ が じゃが芋 ゆで 若鶏むね皮なし 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ 調合油 減塩しょうゆ(5 上白糖 小葱(ゆで)	40 10 20 10 1 5 1	けんち ん煮 木綿豆腐 大根 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ 減塩しょうゆ(5 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	10 20 10 5 1 2.5 15	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1
	焼きかぼちゃ	西洋かぼちゃ(40 食塩 白こしょう プロセスチーズ	0.2 0.01 5	長いも サラダ なが芋 水煮 しそ 穀物酢 調合油 減塩しょうゆ(2.5	20 0.3 5 3 2.5	梅肉和 え かぶ 皮剥(ゆ みょうが 梅漬 なす しば漬	40 1 5 10	肉じゃ が じゃが芋 ゆで 若鶏むね皮なし 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ 調合油 減塩しょうゆ(5 上白糖 小葱(ゆで)	40 10 20 10 1 5 1	けんち ん煮 木綿豆腐 大根 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ 減塩しょうゆ(5 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	10 20 10 5 1 2.5 15	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1	米飯 精白米	70	ホット ドック	ドッグパン40g フランクフルト ケチャップ キャベツ ゆで 菜種油	40 16.3 5 15 1

献立表(週間)

透析 1

		11月1日(木)		11月2日(金)		11月3日(土)		11月4日(日)		11月5日(月)		11月6日(火)		11月7日(水)			
昼		パセリ(粉) 0.1		白こしょう 0.01		果物	もも缶(果肉) 40	ゴマ和え	小松菜 ゆで 50 ごま 1 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5		上白糖 3 食塩 0.2		マヨネーズパッ 10	煮物	西洋かぼちゃ(20 いんげん ゆで 10 生椎茸 ゆで 5 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15		
	味噌浸し	カットわかめ 0.5 白菜 40 葱 3 減塩みそ 5 上白糖 0.3	茹で野菜	ピーマン(ゆで) 10 キャベツ ゆで 30 マヨネーズパッ 10		お浸し	白菜(ゆで) 40 削り節 0.1 減塩しょうゆ(2.5	果物	もも缶(果肉) 40	温野菜 サラダ	スナップえんど 20 カリフラワー 30 マヨネーズ 5	果物	りんご 缶詰 40	りんご 缶詰 40	ジュース	カロリーミック 125	
	果物	みかん缶詰(果) 40	果物	ぶどう 缶詰 40										チンゲンサイのソテー	玉葱 ゆで 10 チンゲンサイ 10 菜種油 1 食塩 0.2 白こしょう 0.01		
														果物	ぶどう 缶詰 40		
夕	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	
	照焼魚	ぶり・40g 40 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 合成清酒 1 大根 皮剥(ゆ) 50 しそ 1 減塩正油パック 5	魚味噌 60 漬け焼き 5 き	そい 60g 60 減塩みそ 5 みりん風調味料 2.5 上白糖 0.5 大根 皮剥(ゆ) 40 しそ(ゆで) 0.5 減塩正油パック 5	鶏つくね揚げ 30 ね揚げ 20 あんかけ 3 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 3 菜種油 5 人参 皮剥(ゆ) 20 生椎茸 ゆで 10 大根の煮物 7.5	鶏ひき肉 30 玉葱 ゆで 20 生椎茸 ゆで 3 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 3 菜種油 5 人参 皮剥(ゆ) 20 生椎茸 ゆで 10 合成清酒 2.5 みりん風調味料 2.5 片栗粉 1 生姜 1	マヨネーズ焼き 20 ささ身 20 食塩 0.1 黒こしょう 0 マヨネーズ 5 パセリ(粉) 0.1 サニーレタス 5	メンチカツ	合挽肉 40 玉葱 ゆで 40 鶏卵 3 パン粉(乾燥) 1 牛乳 3 食塩 0.2 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 3 鶏卵 3	鶏の西京焼	若鶏もも 皮なし 30 減塩みそ 5 みりん風調味料 2.5 上白糖 0.5 大根 皮剥(ゆ) 40 しそ(ゆで) 0.5	おろし煮	まだら・30g 30 片栗粉 2 菜種油 6 生姜 3 減塩しょうゆ(7.5 上白糖 3 合成清酒 2.5 大根 皮剥(ゆ) 40				
	きんぴらごぼう	ごぼう ゆで 40 人参 皮剥(ゆ) 10 しらたき 20 ごま油 1 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15 いりごま 0.5	三杯酢	きゅうり(ゆで) 30 生姜 2 穀物酢 5 上白糖 3 減塩しょうゆ(2.5	お浸し	キャベツ ゆで 50 減塩しょうゆ(2.5	ほうれん草の白和え	里芋 ゆで 20 いりごま 1 減塩みそ 2.5 上白糖 3 板こんにゃく 20 減塩しょうゆ(5 みりん風調味料 1 ほうれん草(ゆ) 10 人参 皮剥(ゆ) 5	リヤンパン	緑豆春雨 5 もやし ゆで 15 しそ 1 穀物酢 2.5 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 1 ごま油 0.5 いりごま 1	きのこの和え物	生椎茸 10 えのき茸 10 ぶなしめじ 10 エリンギ 10 減塩しょうゆ(2.5 みりん風調味料 1	ソテー	小松菜 ゆで 30 人参 皮剥(ゆ) 10 菜種油 1 食塩 0.2	木綿豆腐 25 鶏ひき肉 5 玉葱 ゆで 20 葱(ゆで) 5 菜種油 1.5 にんにく 0.25 生姜 2.5 減塩しょうゆ(1.25 減塩みそ 1 上白糖 0.5 合成清酒 1.25 ごま油 0.25 片栗粉 0.5 とうがらし 乾 0.1		
	マカロニサラダ	マカロニ 乾 4 きゅうり(ゆで) 20 ロースハム 8 マヨネーズ 10 白こしょう 0.01	煮物	木綿豆腐 30 ごぼう ゆで 30 人参 皮剥(ゆ) 10 菜種油 3 小葱(ゆで) 2 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 煮干しだし 15	煮浸し	きょうな ゆで 50 減塩しょうゆ(2.5 みりん風調味料 2.5				南瓜のサラダ	西洋かぼちゃ(30 きゅうり(ゆで) 15 玉葱 ゆで 10 マヨネーズ 10			ソテー	玉葱 ゆで 20 貝割大根・芽 5 菜種油 1	ポテトサラダ	じゃが芋 ゆで 40 きゅうり(ゆで) 15 人参 皮剥(ゆ) 5 ロースハム 5 マヨネーズ 10 白こしょう 0.01
	絹さやとえのき茸のソテー	さやえんどう 20 えのき茸 20 無塩バター 3 食塩 0.3 白こしょう 0.01														煮物	ぶなしめじ(ゆ) 30 切りみつば ゆ 2

献立表(週間)

透析 1

	11月1日(木)		11月2日(金)		11月3日(土)		11月4日(日)		11月5日(月)		11月6日(火)		11月7日(水)	
夕									食塩 0.2				減塩しょうゆ (2.5	
									白こしょう 0.01				昆布だし 5	
栄養価	1517 kcal	蛋白質 48.9 g	1497 kcal	蛋白質 49.5 g	1535 kcal	蛋白質 45.4 g	1458 kcal	蛋白質 47.6 g	1558 kcal	蛋白質 49.5 g	1484 kcal	蛋白質 49.8 g	1474 kcal	蛋白質 48.4 g
	脂質 42.5 g	炭水化 226.9 g	脂質 40.9 g	炭水化 223.8 g	脂質 43.0 g	炭水化 236.1 g	脂質 35.8 g	炭水化 231.0 g	脂質 42.3 g	炭水化 234.6 g	脂質 38.9 g	炭水化 228.0 g	脂質 38.3 g	炭水化 227.9 g
	塩分 5.5 g		塩分 5.6 g		塩分 5.8 g		塩分 5.6 g		塩分 5.4 g		塩分 5.5 g		塩分 5.0 g	

献立表(週間)

透析 1

	11月8日(木)			11月9日(金)			11月10日(土)			11月11日(日)			11月12日(月)			11月13日(火)			11月14日(水)		
朝	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70
	きんぴら	ごぼう ゆで 人参 皮剥(ゆ) ごま油 減塩しょうゆ() 上白糖 いりごま	40 10 1 2.5 1 1	野菜ソテー	キャベツ ゆで 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ) 菜種油 食塩 白こしょう	50 10 10 1 0.3 0.01	野菜卵炒め	鶏卵 ほうれん草(ゆ) 玉葱 ゆで 菜種油 食塩 白こしょう	25 20 20 1 0.3 0.01	豆腐そぼろ	木綿豆腐 鶏ひき肉 ごま油 減塩しょうゆ() 上白糖 合成清酒 さやいんげん()	25 10 1 2.5 1 1 10	焼き生揚げ	生揚げ 白こしょう 菜種油 ブロッコリー 減塩正油パック	35 0.01 1 20 5	白菜の軟らか煮	白菜(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) えんどう ゆで 減塩しょうゆ() 上白糖 煮干しだし	100 10 6 2.5 1 30	野菜炒め煮	キャベツ ゆで ピーマン(ゆで) 黄ピーマン(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) 減塩しょうゆ() 合成清酒 みりん風調味料	80 10 10 10 5 1 1
	卵焼き	冷凍全卵 食塩 上白糖 菜種油 パセリ	50 0.2 0.1 1 1	鶏肉照焼き	若鶏もも 皮なし 減塩しょうゆ() 上白糖 ブロッコリー マヨネーズパック	20 2.5 1.5 30 10	五目ひじき	ひじき 人参 皮剥(ゆ) 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖 煮干しだし	3 10 1 5 1 10	炒煮	もやし ゆで 人参 皮剥(ゆ) ピーマン(ゆで) 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖	70 5 5 1 3 1	炒煮	ほうれん草の焼き竹輪 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖	10 1 2.5 1	温泉卵	温泉卵 温泉卵のたれ 切り干し大根 人参 皮剥(ゆ) の和え物	50 4 3 5 0.3 2.5	おからの炒り煮	おから(新製法) ひじき 乾椎茸(ゆで) 人参 皮剥(ゆ) 葱(ゆで) 調合油 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	20 0.2 0.3 5 5 2 3 1 1 10
	野菜サラダ	きょうな ゆで 玉葱 ゆで 黄ピーマン 穀物酢 上白糖 調合油 食塩 黒こしょう	20 10 5 5 0.5 3 0.2 0.01	みそ汁	小松菜 ゆで もやし ゆで 淡色辛みそ 煮干しだし なす(ゆで) 食塩 しそ	20 20 10 150 20 0.2 0.2	佃煮	減塩あまのり佃煮 キャベツ ゆで ぶなしめじ 葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	8 30 10 5 10 150	白菜の生姜醤油	白菜(ゆで) 生姜 減塩しょうゆ()	60 3 2.5	漬物	なす しば漬	10	みそ汁	もやし ゆで 小葱(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし	30 2 10 150	みそ汁	大根 葉(ゆで) 大根 皮剥(ゆで) 淡色辛みそ 煮干しだし のり佃煮 減塩あまのり佃煮	20 10 10 150 8 8
	みそ汁	キャベツ ゆで 棒麩 淡色辛みそ 煮干しだし	30 2 10 150	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100
昼	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	ソース	蒸し中華めん 焼きそば	140 30	米飯	精白米	70	パン	南瓜パン40g	80	米飯	精白米	70
	ハヤシライス	豚ももスライス 玉葱 ゆで マッシュルーム 菜種油 ハヤシフレーク ウスターソース ケチャップ 白こしょう グリーンピース	40 50 20 3 9 2.5 2.5 0.01 5	魚の生姜焼き	さわら・20g 食塩 減塩しょうゆ() 合成清酒 生姜 サニーレタス() 小松菜 ゆで 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖	20 0.1 5 5 3 3 50 1 5 1	魚みそ煮	さば・30g 生姜 減塩みそ 上白糖 合成清酒 みりん風調味料 大根 皮剥(ゆで) さやえんどう() ごぼう ゆで 生揚げ	30 3 10 2 2.5 2.5 30 4 30 40	ば	豚ももスライス キャベツ ゆで 人参 皮剥(ゆで) 玉葱 ゆで ピーマン(ゆで) 菜種油 食塩 白こしょう かき油 中濃ソース	30 15 20 10 5 0.3 0.01 3 5	揚げ魚のあんかけ	まだら・40g 片栗粉 菜種油 きくらげ(ゆで) ぶなしめじ(ゆで) 貝割大根(ゆで) 減塩しょうゆ() 上白糖 片栗粉 煮干しだし	40 4 6 3 0.5 20 10 5 1 1 30	マカロニニグラタン	マカロニ 乾 玉葱 ゆで マッシュルーム 無塩バター 薄力粉 1等 牛乳 1000ml クリーム(植物) コンソメ 食塩 パン粉(乾燥) パルメザンチー	10 20 10 3 8 80 15 0.5 0.3 0.5 0.5	焼き魚ときのこソテー	そい 40g 白こしょう 生椎茸 ゆで ぶなしめじ(ゆで) 人参 皮剥(ゆで) えんどう ゆで 菜種油 減塩しょうゆ() 上白糖 みりん風調味料 合成清酒	40 0.01 10 10 10 5 1 5 1 2.5 2.5
	グリーンサラダ	レタス(ゆで) ブロッコリー トマト(ゆで) マヨネーズパック	20 20 15 10	冷奴	木綿豆腐 かつお節 小葱(ゆで) 減塩正油パック	25 0.5 1 5	煮物	ごぼう ゆで 生揚げ 人参 皮剥(ゆで) 減塩しょうゆ() 上白糖 煮干しだし グリーンピース	30 40 10 5 1 15 3	南瓜サラダ	かぼちゃ(ゆで) きゅうり(ゆで) マヨネーズ 白こしょう サニーレタス() パンサ	40 10 10 0.01 8 0.5	炊合せ	大根 皮剥(ゆで) 鶏卵 人参 皮剥(ゆで) 菜種油 減塩しょうゆ()	20 25 15 3 5	千切り野菜サラダ	大根 皮剥(ゆで) きゅうり(ゆで) きょうな ゆで トマト(ゆで) 減塩しょうゆ()	30 20 10 20 2.5	イカの酢みそ和え	するめいか 葱(ゆで) 減塩みそ 上白糖 穀物酢	30 40 5 3 3

献立表(週間)

透析 1

	11月8日(木)			11月9日(金)			11月10日(土)			11月11日(日)			11月12日(月)			11月13日(火)			11月14日(水)					
昼	ソテー	にら 葉・ゆで ごま油 食塩 白こしょう 中華味	10 1 0.2 0.01 0.3	果物	西洋なし(缶詰)	40	スパゲティ ティサ ラダ	スパゲティ 乾 きゅうり(ゆで) ロースハム マヨネーズ 白こしょう	6 20 5 8 0.01	ンスー	緑豆春雨 葱(ゆで) 穀物酢 食塩 上白糖 ごま油	2 5 5 0.2 1 2		上白糖 煮干しだし	1 15	穀物酢 調合油 白こしょう	5 3 0.01	野菜サ ラダ	ブロッコリー 人参 皮剥(ゆ マヨネーズパッ	20 5 10				
	果物	みかん缶詰(果)	40				もずく 酢 生姜 穀物酢 食塩 上白糖	50 3 5 0.2 3	果物	もも缶(果肉)	40		磯和え もやし ゆで 人参 皮剥(ゆ 焼きのり 減塩しょうゆ(40 5 0.3 2.5	ソテー	小松菜 ゆで 人参 皮剥(ゆ 菜種油 食塩 白こしょう	30 10 1 0.3 0.01	卵豆腐 鶏卵 煮干しだし 食塩 小葱(ゆで)	20 20 20 0.2 2					
							果物	パイン缶詰	40				果物	みかん缶詰(果)	40	果物	もも缶(果肉)	40	果物	パイン缶詰	40			
夕	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70
	焼き魚	あかうお・30g 大根 皮剥(ゆ しそ 減塩正油パック	30 40 1 5	豚カツ	豚角肉(肩ロー 食塩 白こしょう 薄力粉 1等 鶏卵	40 0.2 0.01 4 3	鶏肉の おろし あん	若鶏もも 皮な 食塩 白こしょう 合成清酒 薄力粉 1等 ごま油	40 0.2 0.01 1 2 2	魚フラ イ	まだら・20g 食塩 白こしょう 薄力粉 1等 鶏卵	20 0.1 0.01 2 5	鶏肉ケ チャッ ブ煮	若鶏もも 皮な 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ 食塩 ケチャップ	20 20 10 0.2 10	魚フラ イ	ほっけ・40g 白こしょう 薄力粉 1等 鶏卵	40 0.01 5 3	揚げ鶏 ネギソ ース	若鶏もも 皮な 減塩しょうゆ(2.5 合成清酒 2.5 鶏卵 3 薄力粉 1等 5 菜種油 4	30 2.5 2.5 3 5 4			
	ホタテ のオイ スター ソース	ベビーホタテ 玉葱 ゆで 人参 皮剥(ゆ ぶなしめじ ピーマン(ゆで ごま油 かき油 白こしょう	20 30 10 15 5 1 5 0.01	野菜サ ラダ	パン粉(乾燥) 菜種油 パセリ ブロッコリー ソースパック	5 6 1.5 20 5	鶏肉の おろし あん	若鶏もも 皮な 食塩 白こしょう 合成清酒 薄力粉 1等 ごま油	40 0.2 0.01 1 2 2	かにか んかけ	かぶ 皮剥(ゆ 人参 皮剥(ゆ かにかま グリーンピース(3 食塩 かつお・昆布だ 片栗粉	50 15 5 3 0.2 20 1	酢ばす	れんこん ゆで 赤ピーマン(ゆ 食塩 上白糖 穀物酢	30 10 0.2 3 5	おかか 煮	ふき ゆで 減塩しょうゆ(5 上白糖 0.5 煮干しだし 15 削り節 0.5	炊き合 わせ	大根 皮剥(ゆ 20 人参 皮剥(ゆ 15 乾椎茸(ゆで) 1 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 煮干しだし 15 えんどう ゆで 4					
	きんと ん	さつま芋(ゆで 無塩バター 上白糖	50 3 3	煮物	里芋 ゆで 生椎茸 ゆで 人参 皮剥(ゆ 減塩しょうゆ(5 上白糖 煮干しだし えんどう ゆで	40 10 10 5 1 15 5	鶏肉の おろし あん	若鶏もも 皮な 食塩 白こしょう 合成清酒 片栗粉	40 0.2 0.01 1 1	卵とじ	めかぶ の和え 物	めかぶわかめ 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 2.5	30 30 0.5 2.5	ソテー	ほうれん草(ゆ 玉葱 ゆで ホールカーネル 菜種油 食塩 白こしょう	10 20 10 1 0.2 0.01	チンゲ ン菜ゴ マ和え	チンゲンサイ 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 ごま 1	ゼリー	はちみつレモン 60				
	ゼリー	青りんごゼリー	60	大根の 味噌煮	大根 皮剥(ゆ 大根 葉(ゆで 減塩みそ 上白糖 煮干しだし	60 20 5 2 5	カリフ ラワー	カリフラワー 人参 皮剥(ゆ 淡口醤油 穀物酢 上白糖 ゆず(果皮)	40 10 0.5 5 3 1	卵とじ	鶏卵 キャベツ ゆで 小葱(ゆで) 菜種油 食塩 白こしょう	25 40 2 1 0.2 0.01	ソテー	ほうれん草(ゆ 玉葱 ゆで ホールカーネル 菜種油 食塩 白こしょう	10 20 10 1 0.2 0.01	ポテト サラダ	じゃが芋 ゆで きゅうり(ゆで 人参 皮剥(ゆ マヨネーズ 食塩 白こしょう トマト(ゆで) サラダ菜(ゆで	30 10 5 8 0.2 0.01 20 5	とろろ	カットとろろ昆布 1				

献立表(週間)

透析 1

	11月8日(木)		11月9日(金)		11月10日(土)		11月11日(日)		11月12日(月)		11月13日(火)		11月14日(水)	
夕													和え	きゅうり(ゆで 20 減塩しょうゆ(2.5 穀物酢 2.5
栄養価	1581 kcal	蛋白質 48.9 g	1468 kcal	蛋白質 48.8 g	1472 kcal	蛋白質 49.4 g	1466 kcal	蛋白質 47.5 g	1510 kcal	蛋白質 48.1 g	1508 kcal	蛋白質 46.6 g	1476 kcal	蛋白質 49.8 g
	脂質 39.9 g	炭水化 250.8 g	脂質 40.3 g	炭水化 219.8 g	脂質 33.6 g	炭水化 236.0 g	脂質 39.9 g	炭水化 222.9 g	脂質 41.0 g	炭水化 232.0 g	脂質 41.4 g	炭水化 228.4 g	脂質 35.5 g	炭水化 230.9 g
	塩分 5.5 g		塩分 5.2 g		塩分 5.4 g		塩分 5.6 g		塩分 5.6 g		塩分 5.7 g		塩分 5.8 g	

献立表(週間)

透析 1

	11月15日(木)		11月16日(金)		11月17日(土)		11月18日(日)		11月19日(月)		11月20日(火)		11月21日(水)		
昼	みりん風調味料 2.5 しそ(ゆで) 1 青梅甘露煮 18	2.5	果物	ぶどう 缶詰 40	二色浸し 30	白菜(ゆで) 30 小松菜 ゆで 30 減塩しょうゆ(みりん風調味料) 5 みりん風調味料 1	30	いりごま 0.25	0.25	マヨネーズ 10	10	食塩 0.2 白こしょう 0.01	0.2	えのき茸(味付) 10	
	炊き合わせ 大根 皮剥(ゆで) 40 人参 皮剥(ゆで) 15 さやいんげん(減塩しょうゆ) 10 上白糖 2.5 かつお・昆布だ 0.5 10	40			果物	もも缶(果肉) 40	40	黄桃缶 40	40	芋マッシュ 50 じゃが芋 ゆで 0.2 食塩 3 無塩バター 5 牛乳 0.01 白こしょう 0.5 パセリ 40	50	野菜ジュース 125 きになる野菜(みかん缶詰(果物)) 40	125	卵とじ 鶏卵 20 人参 皮剥(ゆで) 10 生椎茸 10 小葱(ゆで) 5 菜種油 1 食塩 0.2 白こしょう 0.01	
	長芋の酢の物 なが芋(ゆで) 50 きゅうり(ゆで) 5 穀物酢 0.2 食塩 3	50								果物	西洋なし(缶詰) 40	40	果物	もも缶(果肉) 40	
	果物	もも缶(果肉) 40													
夕	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	
	えびのフリッター 尾なしえび 20 食塩 0.2 薄力粉 1等 8 片栗粉 2 鶏卵 10 菜種油 10 ブロッコリー 30 サニーレタス(ケチャップパツ) 5 8	20	煮魚	まこがれい・40 40 生姜 2 減塩しょうゆ(上白糖) 7.5 合成清酒 2.5 人参 皮剥(ゆで) 15 小松菜 ゆで 20	40	カツ卵とじ 豚角肉(肩ロース) 30 食塩 0.15 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 1.5 鶏卵 1.5 パン粉(乾燥) 2.5 菜種油 4 玉葱 ゆで 40 生椎茸 ゆで 10 減塩しょうゆ(上白糖) 7.5 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 煮干しだし 30 鶏卵 25 グリーンピース(3)	30	すき焼き 豚ももスライス 30 焼き豆腐 30 白菜(ゆで) 60 葱(ゆで) 15 しらたき 3 人参 皮剥(ゆで) 8 生椎茸 ゆで 10 菜種油 5 減塩しょうゆ(上白糖) 10 みりん風調味料 2.5 合成清酒 2.5	30	魚西京焼 そい 20g 20 減塩みそ 1.7 上白糖 0.2 みりん風調味料 0.8 大根 皮剥(ゆで) 40 しそ(ゆで) 0.5 減塩正油パック 5	20	照焼魚 すずき・40g 40 減塩しょうゆ(上白糖) 2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 1.3 合成清酒 0.5 大根 皮剥(ゆで) 40 しそ(ゆで) 1 減塩正油パック 5	40	酢豚 豚角肉(肩ロース) 20 減塩しょうゆ(生姜) 0.3 片栗粉 0.3 菜種油 1 1.3 たけのこ 水煮 30 玉葱 ゆで 30 人参 皮剥(ゆで) 20 ピーマン(ゆで) 10 乾椎茸 0.5 菜種油 2 減塩しょうゆ(上白糖) 7.5 上白糖 2 穀物酢 5 片栗粉 1	
	南瓜のコンソメ煮 かぼちゃ(ゆで) 30 玉葱 ゆで 20 コンソメ 0.5 食塩 0.2	30	筍の酢味噌かけ たけのこ ゆで 30 カットわかめ 0.5 減塩みそ 5 上白糖 3 穀物酢 5	30	野菜サラダ きゅうり(ゆで) 20 大根 皮剥(ゆで) 20 セロリー(ゆで) 10 赤ピーマン(ゆで) 3 マヨネーズ 15	20	焼き茄子 なす(ゆで) 60 削り節 0.2 減塩正油パック 5	60	里芋田楽 里芋 ゆで 40 さやえんどう(減塩みそ) 6 上白糖 6 みりん風調味料 2.5	40	茶碗蒸し くり 甘露煮 6 のナムル 10 乾椎茸(ゆで) 0.3 食塩 0.2 かつお・昆布だ 100 鶏卵 50 合成清酒 1 みりん風調味料 1	30	もやし もやし ゆで 30 のナムル 5 人参 皮剥(ゆで) 5 ごま油 1 食塩 0.2 いりごま 0.3	30	じゃが芋 ゆで 40 ベーコン 10 玉葱 ゆで 20 無塩バター 2 食塩 0.1 白こしょう 0.01 パセリ 0.5
	ピーナツ和え キャベツ ゆで 30 ピーマン(ゆで) 5 ピーナツバター 5 減塩しょうゆ(上白糖) 2.5 0.5	30	煮物 じゃが芋 ゆで 30 玉葱 ゆで 20 減塩しょうゆ(上白糖) 2.5 0.5 煮干しだし 20	30	野菜サラダ きゅうり(ゆで) 25 はつかだいこん 5 トマト(ゆで) 20 マヨネーズ 10	25	胡瓜 きゅうり(ゆで) 20 辛し和え 2.5 粉辛子 0.2	20	もやし もやし ゆで 30 えんどう ゆで 4 削り節 0.5 減塩しょうゆ(上白糖) 2.5	30	デザート 粉飴ムス(ラ・フラン) 58	58	豆腐生 木綿豆腐 25 乾椎茸 0.5 生姜 5 かつお・昆布だ 15 減塩しょうゆ(片栗粉) 5	25	湯葉と小松菜のお浸し 湯葉 10 小松菜 ゆで 50 減塩しょうゆ(みりん風調味料) 2.5 削り節 1 0.2

献立表(週間)

透析 1

		11月15日(木)		11月16日(金)		11月17日(土)		11月18日(日)		11月19日(月)		11月20日(火)		11月21日(水)	
夕														酢の物	カットわかめ 0.5 玉葱 ゆで 20 葱 (ゆで) 5 穀物酢 5 減塩しょうゆ (2.5 上白糖 3
栄養価		エネルギー 1534 kcal 蛋白質 49.8 g	エネルギー 1419 kcal 蛋白質 46.2 g	エネルギー 1511 kcal 蛋白質 48.3 g	エネルギー 1420 kcal 蛋白質 48.2 g	エネルギー 1551 kcal 蛋白質 46.3 g	エネルギー 1438 kcal 蛋白質 48.1 g	エネルギー 1480 kcal 蛋白質 48.4 g	脂質 35.8 g 炭水化 244.2 g	脂質 34.3 g 炭水化 221.9 g	脂質 38.7 g 炭水化 234.6 g	脂質 34.3 g 炭水化 225.2 g	脂質 42.2 g 炭水化 239.6 g	脂質 39.2 g 炭水化 215.7 g	脂質 35.2 g 炭水化 237.2 g
		塩分 5.8 g	塩分 5.5 g	塩分 5.1 g	塩分 5.0 g	塩分 5.0 g	塩分 5.2 g	塩分 5.5 g							

献立表(週間)

透析 1

	11月22日(木)			11月23日(金)			11月24日(土)			11月25日(日)			11月26日(月)			11月27日(火)			11月28日(水)			
朝	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	米飯	精白米	70	
	卵豆腐	冷凍全卵	20	ツナと	ライトツナ缶 (20	卵とじ	冷凍全卵	50	アスパ	グリーンアスパ	20	中華炒	もやし ゆで	40	焼き魚	ほっけ・20g	20	野菜卵	キャベツ ゆで	80	
	あんかけ	煮干しだし	20	玉葱の	玉葱 ゆで	20		玉葱 ゆで	30	ラのソ	赤ピーマン (ゆ	5	め	玉葱 ゆで	20		大根 皮剥 (ゆ	40	とじ	人参 皮剥 (ゆ	10	
		淡口醤油	2.5	炒め物	赤ピーマン (ゆ	5		さやいんげん (15	テー	無塩バター	1		人参 皮剥 (ゆ	10		しそ	1		さやいんげん (10	
		生姜 (ゆで)	2		グリーンピース	3		減塩しょうゆ (5		食塩	0.2		菜種油	1		減塩しょうゆ (2.5		かつおだし	20	
		減塩しょうゆ (2.5		菜種油	2		上白糖	1		白こしょう	0.01		中華味	0.5		減塩しょうゆ (2.5	野菜ソ	食塩	0.8	
		上白糖	1		中華味	0.5		みりん風調味料	2.5		焼き魚	さば・20g	20		減塩しょうゆ (2.5	野	キャベツ ゆで	30		冷凍全卵	50
		片栗粉	1		食塩	0.3		煮干しだし	30		納豆	食塩	0.1		上白糖	0.5	テ	きょうな ゆで	10			
		貝割大根 (ゆで	5		白こしょう	0.01	チンゲ	はんぺん	10		しそ (ゆで)	1	納豆	納豆	20		菜種油	1	和え物	きゅうり (ゆで	30	
	ひじき	ひじき	2	人参と	もやし ゆで	30	チンゲ	チンゲンサイ	40				葱 (ゆで)	2		食塩	0.3		カットわかめ	0.5		
	の炒め	人参 皮剥 (ゆ	10	水菜の	きょうな ゆで	10	炒め煮	人参 皮剥 (ゆ	10	おかか	大根 皮剥 (ゆ	20		減塩正油パック	5		白こしょう	0.01		めんつゆ (スト	1	
	煮	グリーンピース (3	ナムル	人参 皮剥 (ゆ	10		菜種油	1	和え	キャベツ ゆで	20								マヨネーズ	5	
		菜種油	1		減塩しょうゆ (2.5		減塩しょうゆ (2.5		食塩	0.1	きゅう	きゅうり (ゆで	20	梅肉和	白菜 (ゆで)	40				
		減塩しょうゆ (2.5		穀物酢	5		上白糖	1		濃口醤油	1	りの酢	人参 皮剥 (ゆ	5	え	梅干し (調味漬	5	切り干	切干し大根	4	
		上白糖	1		上白糖	2		ごま	1		上白糖	0.5	の物	穀物酢	5		みりん風調味料	2.5	し大根	油揚げ	5	
					ごま油	1					削り節	0.3		上白糖	3	みそ汁	ほうれん草 (ゆ	30	煮	の炒め	1	
	たいみ	たいみそ	8				味付け	味付けのり	1					減塩しょうゆ (2.5		葱 (ゆで)	5		減塩しょうゆ (5	
	そ			のり佃	減塩あまのり佃	8	のり			みそ汁	ほうれん草 (ゆ	20					淡色辛みそ	10		上白糖	1	
				煮							もやし ゆで	20	みそ汁	大根 葉 (ゆで	10		煮干しだし	150		煮干しだし	15	
	みそ汁	大根 葉 (ゆで	20	みそ汁	白菜	20	みそ汁	小松菜 ゆで	30		淡色辛みそ	10		キャベツ ゆで	20				みそ汁	玉葱 ゆで	20	
		棒麩	1		木綿豆腐	20		えのき茸	10		煮干しだし	150		淡色辛みそ	10	牛乳	牛乳	100		さやえんどう (5	
		淡色辛みそ	10		淡色辛みそ	10		煮干しだし	150	牛乳	牛乳	100		煮干しだし	150					淡色辛みそ	10	
		煮干しだし	150		煮干しだし	150														煮干しだし	150	
	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100	牛乳	牛乳	100					牛乳	牛乳	100
昼	米飯	精白米	70	ぎんな	もち米	70	米飯	精白米	70	にしん	そば ゆで	180	米飯	精白米	70	パン	胚芽ロール	48	米飯	精白米	70	
	鶏肉ク	若鶏もも 皮な	40	んおこ	ごぼう	5		そば		そば	にしん甘露煮	20				ホテルブレッド	40	米飯	精白米	70		
	リーム	白こしょう	0.01	わ	人参 皮剥	5	魚三五	ほっけ (三五八	40		葱 (ゆで)	5	揚げ鶏	若鶏もも 皮な	40			魚バタ	まだら・30g	30		
	煮	人参 皮剥 (ゆ	15		生椎茸	8	八焼き	大根 皮剥 (ゆ	40		かつお・昆布だ	170	のあん	片栗粉	2	スープ	じゃが芋 ゆで	30	一焼き	食塩	0.15	
		玉葱 ゆで	20		ぎんなん	10		しそ (ゆで)	1		めんみ 1.8L	10	かけ	菜種油	5	煮	ブロッコリー	15		白こしょう	0.01	
		マッシュルーム	10		淡口醤油	2		減塩正油パック	5					玉葱 ゆで	50		キャベツ ゆで	10		無塩バター	4	
		無塩バター	5		みりん風調味料	2.5	野菜ソ	キャベツ ゆで	30	炊合せ	かぶ 皮剥 (ゆ	40		ぶなしめじ	20		人参 皮剥 (ゆ	10		もやし ゆで	30	
		薄力粉 1等	5		かつお・昆布だ	50	テー	ピーマン (ゆで	5		鶏卵	25		もやし ゆで	20		コンソメ	0.5		ピーマン (ゆで	5	
		牛乳	40	石狩鍋	さけ・40g	40		人参 皮剥 (ゆ	5		人参 皮剥 (ゆ	15		減塩しょうゆ (7.5		白こしょう	0.01		菜種油	2	
		クリーム (植物	8		じゃが芋 ゆで	20		菜種油	0.5		さやえんどう (4		減塩しょうゆ (5				食塩	0.2		
		食塩	0.2		玉葱 ゆで	15		食塩	0.3		減塩しょうゆ (5		上白糖	1	ピーマ	赤ピーマン (ゆ	10		白こしょう	0.03	
		白こしょう	0.01		大根 皮剥 (ゆ	15		白こしょう	0.01		煮干しだし	1		合成清酒	2.5	ンソテ	黄ピーマン (ゆ	10				
		パセリ (粉	0.2		人参 皮剥 (ゆ	10								みりん風調味料	2.5	ー	ピーマン (ゆで	10	酢の物	なが芋 水煮	30	
		コンソメ	0.5		葱 (ゆで)	5	和え物	きゅうり (ゆで	20	きのこ	生椎茸	20		かつお・昆布だ	30		オリーブ油	1		きゅうり (ゆで	5	
	大根サ	大根 皮剥 (ゆ	20		減塩みそ	7.5		春雨	3	おろし	エリンギ	10		片栗粉	1		食塩	0.3		上白糖	3	
	ラダ	人参 皮剥 (ゆ	5		かつお・昆布だ	100		かにかま	5	和え	大根 皮剥 (ゆ	30		糸みつば ゆで	5	煮物	大根 皮剥 (ゆ	20	サラダ	レタス (ゆで)	30	
		きゅうり (ゆで	10	キャベ	キャベツ ゆで	40		減塩しょうゆ (2.5		きゅうり (ゆで	5		大根 皮剥 (ゆ	20		人参 皮剥 (ゆ	5		食塩	0.2	
		穀物酢	5	ツの炒	人参 皮剥 (ゆ	10		上白糖	0.5		穀物酢	2.5		人参 皮剥 (ゆ	15		マヨネーズパッ	10	なす味	なす (ゆで)	20	
		調合油	3	めもの	焼き竹輪	10		ごま油	0.5		食塩	0.3		さやいんげん (15				噌炒め	玉葱 ゆで	20	
											上白糖	3		減塩しょうゆ (5					人参 皮剥 (ゆ	5	

献立表(週間)

透析 1

	11月22日(木)		11月23日(金)		11月24日(土)		11月25日(日)		11月26日(月)		11月27日(火)		11月28日(水)			
昼		食塩 0.2 白こしょう 0.01		菜種油 1 食塩 0.3 白こしょう 0.01	酒蒸し	あさり 18 合成清酒 5 食塩 0.1 小葱 3	果物	みかん缶詰(果 40 クリーム(植物 20 上白糖 3		上白糖 1 煮干しだし 15	コーン ポター ジュ	クリームスタイ 20 玉葱 15 薄力粉 1等 3.5 無塩バター 2.5 牛乳 50 コンソメ 0.25 食塩 0.15 白こしょう 0.01		乾椎茸 0.3 菜種油 3 減塩みそ 4 上白糖 2		
	チンゲン菜のお浸し	チンゲンサイ 50 減塩しょうゆ(2.5 煮干しだし 2.5	和え物	オクラ(ゆで) 50 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 削り節 1 ごま油 0.5	果物	りんご 缶詰 40 クリーム(植物 20 上白糖 2			お浸し	白菜(ゆで) 30 減塩しょうゆ(2.5 削り節 0.3						
	筍の煮物	たけのこ 水煮 30 えんどう ゆで 10 減塩しょうゆ(2.5 みりん風調味料 1 かつお・昆布だ 20		ぶどう 缶詰 40					バター 焼き	生椎茸 ゆで 20 無塩バター 2 食塩 0.2 さやえんどう(5	果物		煮物	凍り豆腐 4 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 1 かつお・昆布だ 10 小葱(ゆで) 5		
	果物	もも缶(果肉) 40	デザート	粉飴ムス(ラ・フラン 58					果物	もも缶(果肉) 40			果物	黄桃缶 40 クリーム(植物 20 マービー 液状 5		
	デザート	エネプリンいち 40														
夕	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70	米飯	精白米 70		
	焼魚	さけ・40g 40 大根 皮剥(ゆ 40 しそ(ゆで) 1 減塩正油パック 5	チキン ソテー	若鶏もも 皮な 30 食塩 0.2 白こしょう 0.01 人参 皮剥(ゆ 5 もやし ゆで 40 ブロッコリー 40 マヨネーズパッ 10	肉団子 の甘酢 あんか け	鶏ひき肉 20 玉葱 ゆで 30 鶏卵 3 食塩 0.1 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 3 玉葱 ゆで 50 人参 皮剥(ゆ 20 乾椎茸 1 菜種油 0.5 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 片栗粉 1 穀物酢 5 小葱(ゆで) 5	チキン ソテー	若鶏もも 皮な 40 食塩 0.2 白こしょう 0.01 菜種油 2 キャベツ ゆで 30 トマト(ゆで) 15 マヨネーズパッ 10	海鮮炒 め	するめいか 15 尾なしえび 15 若鶏むね皮なし 15 さやいんげん(10 玉葱 ゆで 20 きくらげ(乾) 1 人参 皮剥(ゆ 10 グリーンピース 3 菜種油 3 減塩しょうゆ(5 中華味 0.5 白こしょう 0.01 上白糖 1 合成清酒 2.5 穀物酢 2.5 片栗粉 2 うずら卵 水煮 10	豚すき	豚ももスライス 40 焼き豆腐 50 白菜(ゆで) 30 葱(ゆで) 15 しらたき 30 人参 皮剥(ゆ 8 生椎茸 10 菜種油 3 減塩しょうゆ(7.5 上白糖 2 みりん風調味料 2.5 合成清酒 2.5	鶏肉の 香味だ れ	若鶏もも 皮な 30 食塩 0.15 白こしょう 0.01 低蛋白小麦粉 3 ごま油 3 上白糖 1 減塩しょうゆ(5 穀物酢 2.5 みりん風調味料 2.5 葱(ゆで) 5 生姜(ゆで) 2 大根 皮剥(ゆ 20 サラダ菜(ゆで 5		
	麻婆豆腐	木綿豆腐 30 玉葱 ゆで 50 葱(ゆで) 10 にんにく 0.5 生姜(ゆで) 3 減塩しょうゆ(5 減塩みそ 2 上白糖 1 合成清酒 2.5 鶏ガラスープ 0.25 中華味 0.5 ごま油 1 片栗粉 1 とうがらし 乾 0.2	れんこん炒煮	れんこん ゆで 50 菜種油 1 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5 とうがらし 乾 0.1	わかめ の煮物	カットわかめ 1 油揚げ 10 人参 皮剥(ゆ 5 さやえんどう(5 菜種油 1 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5			レモン 煮	さつま芋(ゆで 40 上白糖 2.5 レモン(果汁) 1.5			ゴマ味 噌和え	スナップえんど 30 減塩みそ 6 上白糖 1 みりん風調味料 2.5 いりごま 1	炊き合 わせ	じゃが芋 ゆで 40 人参 皮剥(ゆ 20 さやえんどう(4 減塩しょうゆ(5 上白糖 1 昆布だし 15
	あちゃら漬け	大根 皮剥(ゆ 50 食塩 0.2 穀物酢 5 上白糖 3	おろし 和え ソテー	大根 皮剥(ゆ 40 きゅうり(ゆで 5 穀物酢 5 淡口醤油 2.5 玉葱 ゆで 40 人参 皮剥(ゆ 10 菜種油 1 コンソメ 0.5 白こしょう 0.01			ゼリー	はちみつレモン 60	揚げ茄 子	なす(ゆで) 30 菜種油 5 生姜(ゆで) 1 小葱(ゆで) 3 減塩正油パック 5			なめこ おろし	大根 皮剥(ゆ 40 きゅうり(ゆで 10 なめこ(水煮缶 20 減塩しょうゆ(2.5	和え物	めかぶわかめ 30 減塩しょうゆ(2.5 上白糖 0.5
	ソテー	キャベツ ゆで 30 糸みつば ゆで 10 食塩 0.2 調合油 2			なすの 味噌煮	さやいんげん(20 なす 50 減塩みそ 6 上白糖 1 煮干しだし 10			きのこ マヨネ ーズ和 え	ぶなしめじ(ゆ 10 まいたけ(ゆで 10 えのき茸(水煮 10 エリンギ 10 いりごま 1 マヨネーズ 8			ゼリー	はちみつレモン 60	湯豆腐	切りみつば ゆ 5 木綿豆腐 25 減塩しょうゆ(2.5

献立表(週間)

透析 1

	11月22日(木)		11月23日(金)		11月24日(土)		11月25日(日)		11月26日(月)		11月27日(火)		11月28日(水)	
夕					デザート 粉飴ムス(ラ・フランス) 58					食塩 0.1 白こしょう 0.01 ゼリー 青りんごゼリー 60				
栄養価	エネルギー 1515 kcal 脂質 39.7 g 炭水化 231.4 g 塩分 5.7 g	エネルギー 1540 kcal 脂質 36.4 g 炭水化 248.9 g 塩分 5.8 g	エネルギー 1576 kcal 脂質 42.7 g 炭水化 241.0 g 塩分 5.4 g	エネルギー 1517 kcal 脂質 39.9 g 炭水化 236.7 g 塩分 5.5 g	エネルギー 1476 kcal 脂質 34.7 g 炭水化 236.5 g 塩分 5.6 g	エネルギー 1478 kcal 脂質 38.6 g 炭水化 234.6 g 塩分 5.6 g	エネルギー 1512 kcal 脂質 42.0 g 炭水化 227.9 g 塩分 5.7 g							

献立表(週間)

透析 1

	11月29日(木)	11月30日(金)	12月1日(土)	12月2日(日)	12月3日(月)	12月4日(火)	12月5日(水)
栄養価	エネルギー 1480 kcal 蛋白質 49.3 g	エネルギー 1496 kcal 蛋白質 48.1 g	エネルギー kcal 蛋白質 g	エネルギー kcal 蛋白質 g	エネルギー kcal 蛋白質 g	エネルギー kcal 蛋白質 g	エネルギー kcal 蛋白質 g
	脂質 37.9 g 炭水化 227.8 g	脂質 42.8 g 炭水化 224.9 g	脂質 g 炭水化 g	脂質 g 炭水化 g	脂質 g 炭水化 g	脂質 g 炭水化 g	脂質 g 炭水化 g
	塩分 5.6 g	塩分 5.1 g	塩分 g	塩分 g	塩分 g	塩分 g	塩分 g