

〇〇 献立表 〇〇 [常食]

| 区分 | 3月7日(月)   | 3月8日(火)  | 3月9日(水) | 3月10日(木)        | 3月11日(金)  | 3月12日(土)   | 3月13日(日)  |
|----|-----------|----------|---------|-----------------|-----------|------------|-----------|
| 朝食 | ご飯        | パン       | ご飯      | ご飯              | パン        | ご飯         | ご飯        |
|    | カリフラワーソテー | コーンポタージュ | いり豆腐    | 魚の塩焼き<br>(さけ)   | ミネストローネ   | スクランブルエッグ  | もやしの炒め物   |
|    | 納豆        | 根菜サラダ    | グリーンサラダ | 和風ドレッシング和え      | ひじきサラダ    | コールスローサラダ  | 納豆        |
|    | みそ汁       | 牛乳       | ふりかけ    | 味付けのり           | 牛乳        | ふりかけ       | みそ汁       |
|    | 牛乳        |          | みそ汁     | みそ汁             |           | みそ汁        | 牛乳        |
|    |           | 牛乳       | 牛乳      |                 | 牛乳        |            |           |
| 昼食 | ご飯        | ご飯       | ハヤシライス  | 山菜おこわ           | ご飯        | あんかけ焼きそば   | ご飯        |
|    | あじの磯辺揚げ   | 親子煮      | かぼちゃサラダ | チキンソテー          | かじき和風ムニエル | シュウマイ      | 豚肉プルコギ風炒め |
|    | 酢の物       | 豆腐サラダ    | フルーツ寒天  | ふき味噌炒め          | ジャーマンポテト  | かぼちゃサラダ    | 五目煮       |
|    | 芋煮汁       | おかか和え    |         | めかぶ酢の物          | おろし酢和え    | 牛乳寒天       | 酢味噌和え     |
|    | フルーツ      | もずくスープ   |         | 牛乳寒天<br>フルーツソース | 黒豆ヨーグルト   |            | フルーツ      |
| 夕食 | 五穀ごはん     | 五穀ごはん    | 五穀ごはん   | 五穀ごはん           | 五穀ごはん     | 麦ごはん       | 五穀ごはん     |
|    | 豚肉の野菜巻き   | むつ照り焼き   | 八宝菜     | 白身魚フライ          | 高野豆腐肉詰め煮  | 春巻き        | むつ西京焼き    |
|    | 中華和え      | ポークビーンズ  | れんこんの金平 | 豆まめサラダ          | 大徳寺なます    | ブロッコリーのサラダ | 刻み昆布の煮物   |
|    | ずいきの煮物    | 生姜和え     | なめ茸和え   | ゴマ和え            | 磯辺和え      | とろろ芋       | おかか和え     |
|    | みそ汁       | フルーツ     | みそ汁     | みそ汁             | みそ汁       | みそ汁        | すまし汁      |

治療食は一部メニューが変更になります。ご了承ください。

