

令和03年2月1日～令和03年2月15日 常菜

予定献立表

村山医療センター

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)	8日(月)	9日(火)
朝食	御飯 ミソ汁(大根・キャベツ) 納豆 野菜ソテー(キャベツ・コマツナ) ツクリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(トウモロコシ) 茹かき ミックスベジタブルソテー 辛子和え(ブロッコリー) 焼のり 減塩しょうゆ 牛乳	御飯 ミソ汁(ホトトギス・玉葱) 銀鮭塩焼 浸し(菜の花) 海苔たまごツクリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(白菜・インゲン) ツクリカ ミックスベジタブルソテー 減塩しょうゆ 浸し(ホウレン草) 海苔ツクリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(シメジ・玉葱) ガトウ煮 胡麻和え(キャベツ・コマツナ) ツクリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(カブ・人参・フ) 卵とじ煮 磯和え(ブロッコリー) ツクリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(大根・ニラ) ブレンオムレツ いんげん添え 減塩しょうゆ ピナツツ和え(白菜) 鯛みそ 牛乳	御飯 ミソ汁(ナス・玉葱) フランクフルト・ツクリカ ごま和え(モヤシ・ニンジン) ふりかけ瀬戸風味 牛乳	御飯 ミソ汁(小松菜・フ) 生揚げ煮 ドレッシング和え(カリフラワー) 野菜ツクリカ 牛乳
昼食	カレーライス サラダ(レタス・キュウリ) 福神漬 京漬 シヨア(ストロベリー)	きつねそば ヤミ(長葱) パツク七味 青味添え 厚焼卵 酢物(大根・人参) バナナ	御飯 チキンカツ 茹かき野菜(キャベツ) マヨネーズ 里芋・玉葱・人参煮 梅あえ(かぶ)	御飯 赤魚照焼 さつま黄金煮添え ぜんまい炒煮 辛子和え(ブロッコリー)	御飯 酢豚 卵豆腐(オムレツ) わさび和え(白菜・ナス)	御飯 鯖生焼 オクラ添え しらすおろし和え 減塩しょうゆ 豚汁	御飯 野菜コロケ えびフライ 野菜ソテー添え 減塩ソース 炒り豆腐 梅干	御飯 鯖の味噌煮 南瓜煮付 ドレッシング和え(チンゲンサイ)	きしめん ヤミ(長葱) パツク七味 天ぷら(キャベツ・サツマイモ) サラダ(キュウリ・レタス)
夕食	御飯 シルバー照焼 がり漬 金平煮 浸し(菜の花) オレンジ	御飯 かじきステーキ風 いんげん添え 減塩しょうゆ パツクキツネ わさび和え(ハクサイ) 福豆	御飯 ぶり大根 酢物(キュウリ・ワカメ) 生姜和え(チンゲンサイ) はっさく	御飯 ピナツツ モヤシ・ブロッコリー 盛合せサラダ(レタス・トマト) オクラ和風和え パインアップル	御飯 鯖塩焼 おろし 減塩しょうゆ ひじき・油揚げ炒煮 おか和え(インゲン) リンゴ	御飯 牛丼風 ナムル(モヤシ・ワカメ) マヨネーズ和え(キャベツ) オレンジ	御飯 シルバー照焼 ふき煮添え 里芋・かぶ・人参煮 浸し(ホウレン草・エノキ) パインアップル	御飯 ホウレン草ソテー ミックスベジタブルソテー 和風サラダ(レタス・キュウリ) ゆず胡椒和え(ナバナ) 伊予柑	御飯 鶏モチーズ焼 いんげんソテー添え 野菜炒め(キャベツ) オクラ和え バナナ
成分	エネルギー 1856 kcal たんぱく質 64.5 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1917 kcal たんぱく質 73.3 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1833 kcal たんぱく質 73.6 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1867 kcal たんぱく質 65.1 g 食塩 6.2 g	エネルギー 1892 kcal たんぱく質 68.8 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1853 kcal たんぱく質 74.6 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1847 kcal たんぱく質 62.2 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1894 kcal たんぱく質 70.1 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1819 kcal たんぱく質 68.9 g 食塩 7.1 g
	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)	15日(月)	<div data-bbox="1884 1039 2611 1753" data-label="Complex-Block"> <p>皆さんこんにちは。2月といえば節分ですね！ 今年の節分は2月2日です。通常は2月3日ですが、 2日になるのは1897年以来、124年ぶりなのです！ なぜでしょうか？現在は立春の前日が節分とされていますが、 もともと『節分』とは、4つの季節の分かれ目の意味であり、 立春・立夏・立秋・立冬の前日のことを指していました。 そのため、節分の日は固定ではなく立春の日により 変わります。ちなみに、4年後の2025年も2月2日になります。 当院では2月2日の夕食に福豆を提供いたします。 入院中豆まきはできませんが、心の中で 『鬼は外！コロナも外！！福は内！！』と唱え、 福を呼び込みましょう！</p> <p>栄養管理室</p> </div>		
朝食	御飯 ミソ汁(シメジ・玉葱) 納豆 切干・ツクリカ炒り煮 ツクリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(玉葱・インゲン) 竹輪の甘辛煮 ピナツツ和え(白菜) 焼のり 減塩しょうゆ 牛乳	御飯 ミソ汁(ホトトギス・ワカメ) さんま生姜煮 ブロッコリー和え ツクリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(インゲン・フ) 厚焼卵 浸し(白菜) 海苔たまごツクリカ 牛乳	御飯 なめこ汁(トウモロコシ) 茹かき もやし添え 減塩しょうゆ ピナツツ和え(ホウレン草) 野菜ツクリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(フ・エノキ) 五目巾着袋 わさび和え(ハクサイ) ふりかけ瀬戸風味 牛乳			
昼食	御飯 ハヤシ 和風サラダ(サニーレタス) 福神漬 アップルジュース	御飯 シルバームニエル ホウレン草・シメジソテー添え 肉じゃが煮 ゆかり和え(キャベツ)	御飯 牛柳川風 パツクキツネ わさび和え(ナス)	わかめごはん いなだつけ焼 茶福豆煮 コールスローサラダ(キャベツ) 和風和え(モヤシ・ニンジン)	御飯 赤魚煮魚 いんげん添え ホトトギス(ハム・キュウリ) 梅あえ(タピオカ)	御飯 シルバー照焼 蒸茄子添え 減塩しょうゆ じゃが芋甘辛煮 胡麻和え(コマツナ)			
夕食	御飯 銀鮭塩焼 ツクリカ添え 金平煮 梅あえ(かぶ) オレンジ	御飯 豚ロース和風ソテー チンゲンサイ添え 酢物(モヤシ・キュウリ) 磯和え(モヤシ) リンゴ	御飯 鯖柚あん焼 うぐいす煮豆 大根と昆布の煮物 浸し(コマツナ) パインアップル	御飯 牛肉じゃが煮 湯豆腐 減塩しょうゆ オクラ和え いちご	御飯 豚香味焼 チンゲン菜添え 減塩しょうゆ ひじき・油揚げ炒煮 浸し(菜の花) オレンジ	御飯 鶏モチ風味焼 ブロッコリー添え 焙煎ごまドレッシング 野菜炒め(キャベツ) 中華風漬乱切キュウリ バナナ			
成分	エネルギー 1881 kcal たんぱく質 66.6 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1805 kcal たんぱく質 70.5 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1864 kcal たんぱく質 72.7 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1829 kcal たんぱく質 69.8 g 食塩 7.0 g	エネルギー 1858 kcal たんぱく質 71.2 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1825 kcal たんぱく質 69.8 g 食塩 8.0 g			

材料の都合により献立が変更になる場合がありますのでご了承下さい。

ホームページにも献立表が掲載されています。アドレス <http://www.murayama-hosp.jp>

