

	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)
朝食	御飯 ミソ汁(大根・サヤ) フランクフルト・ヤサイ炒め わさび和え(ハクサイ) 海苔かつおリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(小松菜・サヤ) 鯛かつお味 辛子和え(ブロッコリー) 海苔たまリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(カマ・玉葱) 茹かーウインナー ミックス・ジ・タブ・ルター ケチャップ・パ・ツク 浸し(菜の花) うめびしお 牛乳	御飯 ミソ汁(麩・エノキ・ニンジン) 竹輪の甘辛煮 生姜和え(インゲン・キャベツ) 鯛みそ 牛乳	御飯 なめこ汁(トウ・サヤ) 温泉卵 磯和え(サヤ・ミツバ) こんぶ抹茶リカ 牛乳	御飯 ミソ汁(カブ・長葱) 納豆 切干炒め煮 焼のり 減塩しょうゆ 牛乳	御飯 ミソ汁(小松菜・フ) スパ・イン風・イク・エッグ ケチャップ・パ・ツク 胡麻和え(インゲン) たらコリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(ホ・ト・玉葱) が・ン含煮 白菜柚子香和え サケリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(トウ・ニラ・カマ) 車麩卵とじ煮 おかか和え(コマツナ) 海苔かつおリカ 牛乳
昼食	御飯 鰯柚庵焼 インゲン・ソテー添 卵の花炒り ピ・ナツツ和え(コマツナ)	スパゲティ・ミートソース 和風サラダ(レタス・トマト) ジ・ョ バナナ	御飯 八宝菜 湯豆腐(サヤ) 減塩しょうゆ 胡麻和え(コマツナ)	御飯 牛井風 かぶ人参含煮 辛子和え(ホレンソウ)	御飯 サーモンフライ えびフライ 茹ミックス野菜 レモン タルタルソース 酢物(キュウリ・トマト) 梅あえ(カリフラワー)	カレーライス 福神漬東京漬 サラダ(レタス・キュウリ) ソール	味噌ラーメン ヤク(長葱) コン 盛合せサラダ(レタス) みかん	ソフトフランス マーレード・&マ・カ・リン チキン・カ ミックス・ジ・タブ・ルター コールスロー・サラダ(キャベツ) ホレンソウ洋風和え	御飯 鶏モモチ・焼 アスパラ・ターソテー添 ひじき・油揚げ炒煮 わさび和え(サヤ・ナス)
夕食	御飯 豚モモ和風ソテー チンゲンソイ・添え 減塩しょうゆ ひじき・油揚げ炒煮 梅あえ(キュウリ) リンゴ	御飯 銀鮭塩焼 茶福豆煮 肉じゃが甘辛煮 生姜和え(キャベツ)	御飯 めかじき生姜焼 オクラ添 さつま芋小倉煮 わさび和え(ナス・キャベツ) ハ・イナップル	御飯 ぶり大根 里芋そぼろ煮 しば漬け オレンジ	御飯 肉団子野菜甘酢煮 白和え(ホレン草) ゆず胡椒和え(ハクサイ) リンゴ	御飯 赤魚照焼 がり漬 酢の物(モズク・キュウリ) 生姜和え(チンゲンサイ) バナナ	御飯 鯖生姜焼 ブ・ロココ・ソテー添 南瓜煮付 ピ・ナツツ和え(ナス)	御飯 鯖塩焼 オクラ添 ふるふき大根 野沢菜漬 ハ・イナップル	御飯 おでん マカロニサラダ(キュウリ) ドレッシング和え(チンゲンサイ) リンゴ
成分	エネルギー 1849 kcal たんぱく質 73.0 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1820 kcal たんぱく質 71.5 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1888 kcal たんぱく質 73.2 g 食塩 7.1 g	エネルギー 1843 kcal たんぱく質 72.2 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1876 kcal たんぱく質 70.5 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1876 kcal たんぱく質 70.8 g 食塩 8.6 g	エネルギー 1822 kcal たんぱく質 70.2 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1859 kcal たんぱく質 72.3 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1803 kcal たんぱく質 71.0 g 食塩 8.3 g
	10日(金)	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	<div data-bbox="1473 813 2139 1428" data-label="Complex-Block"> <p style="text-align: center;"><b>朝食選択メニューに 新しいパンが登場</b></p> <p style="text-align: center;">12/7から開始</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>ホテルブレッド</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ホワイトブレッド</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>胚芽ロール</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  <p>レーズンブレッド</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60%;"> <p>＊対象は常菜・軟菜・軟菜一口大・貧血食を喫食中の方 ＊選択メニューは、1食55円の自己負担がかかります</p> </div> </div> <p style="text-align: center;">レーズンのさわやかな甘さがおいしい！</p> <p style="text-align: right;">配膳直後の温かく、ふわふわのパン！是非召し上がってください！栄養管理</p> </div>		
朝食	御飯 ミソ汁(ホレンソウ・油揚げ) 目玉焼き 減塩しょうゆ 生姜和え(インゲン) 減塩のり佃 牛乳	御飯 ミソ汁(里芋・長葱) 高野豆腐野菜含煮 浸し(菜の花) ふりかけ瀬戸風味 牛乳	御飯 ミソ汁(白菜・人参) 五目巾着袋 おかかあえ(インゲン) 野菜リカ 牛乳	御飯 ミソ汁(ニラ・油揚げ・麩) ツナオムレツ ミックス・ジ・タブ・ルター わさび和え(ナス) たらコリカ 牛乳	御飯 ミソ汁(大根・サヤ) 納豆 小松菜ソテー 焼のり 減塩しょうゆ 牛乳	御飯 ミソ汁(カマ・玉葱) フランクフルト・ヤサイ炒め ごま和(チンゲンサイ) 海苔かつおリカ 牛乳			
昼食	御飯 豚肉立田揚 茹ミックス野菜(キャベツ) 減塩しょうゆ シルバ・サラダ(ハルサメ) しば漬け	御飯 シルバ・和風キノコアソケ さつま芋小倉煮 和風和え(サヤ)	御飯 マル・サカレ・風味・ニール ブ・ロココ・ソテー添 減塩ソース ハン・キン・サダ 辛子和え(キャベツ)	チャーハン 焼餃子 減塩しょうゆ 盛合せサラダ(レタス) ジ・ョ	カレーうどん ヤク(長葱) 青味添 蒲鉾白 コールスロー・サラダ(キャベツ)	御飯 鶏モモ肉ソテー焼 茹ミックス野菜(キャベツ) ノオイル・サウ・ドレッシング 黄金煮(サツマイモ) 生姜和え(インゲン)			
夕食	御飯 銀鮭照焼 おろし 減塩しょうゆ しぎ茄子(シメジ・ピーマン) 磯和え(ハクサイ) みかん	御飯 千草焼 きぬさや添 大根金平風煮 ピ・ナツツ和え(コマツナ) バナナ	御飯 牛モモ焼肉 オクラ添 里芋・かぶ・人参煮 ゆかり和え(大根) ハ・イナップル	御飯 鯛味噌焼 しし唐ソテー添 卵の花炒り 梅あえ(カリフラワー) オレンジ	御飯 マジ・キ柚庵焼 うぐいす煮豆 卵豆腐 ゆず胡椒和え(ハクサイ) バナナ	御飯 アジ・梅香焼き きぬさや添 拌三絲(ハルサメ・キュウリ) ウカカ和 リンゴ			
成分	エネルギー 1805 kcal たんぱく質 70.7 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1868 kcal たんぱく質 71.6 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1875 kcal たんぱく質 69.9 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1859 kcal たんぱく質 73.3 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1811 kcal たんぱく質 74.6 g 食塩 8.6 g	エネルギー 1891 kcal たんぱく質 74.6 g 食塩 7.6 g			

当院ではお米に“ビタミン強化米”を入れています。

炊きあがりのご飯に“黄色い粒”が多少残ることがありますが、安心してお召し上がりください。

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>