



	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)	24日(火)
朝食	御飯 なめこ汁(トウ・袴) ツオムレツ ケチャップパック 梅あえ(カブ) 野菜フリカ ミルク	御飯 ミソ汁(大根・長葱) 高野豆腐野菜含煮 ピ-ナツ和え(カワラワ-) こんぶ抹茶フリカ ミルク	御飯 ミソ汁(小松菜・麩) 納豆 切干炒め煮 焼のり 減塩しょうゆ ミルク	御飯 ミソ汁(絹サ・玉葱) 茹ホ-クウイン- ケチャップパック 辛子和え(ブ-ロココリ-) 海苔たまフリカ ミルク	御飯 ミソ汁(大根・油揚) 目玉焼き 減塩しょうゆ 胡麻和え(ハクサイ) 海苔カツフリカ ミルク	御飯 なめこ汁(袴) 生揚含煮 磯和え(モヤシ) 野菜フリカ ミルク	御飯 ミソ汁(エノキ・ニンジン) ツオムレツ ケチャップパック ピ-ナツ和え(コマツ) こんぶ抹茶フリカ ミルク	御飯 ミソ汁(キャベツ・玉葱) 竹輪の甘辛煮 磯浸し(ホレンソウ) 海苔たまフリカ ミルク	御飯 ミソ汁(ホ-テ-インゲン) 山菜入巾着煮 辛子和え(ハクサイ) 減塩のり佃煮 ミルク
昼食	御飯 鰯の南蛮漬 里芋人参含煮 ピ-ナツ和え(ホレンソウ) 	五目アツカ焼そば レタスツラダ バナナ	菜めし カジ-キ味噌焼 茶福豆煮 金平煮 きゅうりもみ	御飯 鶏モモ蒸ゴ-マミソカ アスパ-ラソテ添え かぶ人参ベ-コン炒煮 しその実漬	御飯 豚ヒレカレー風味焼 チンゲン菜添え マヨネズ 和風サラダ(レタス・トマト) アスパ-ラ和風和え	御飯 チキンカツ ブ-ロココリ-ソテ添え コールロー-サラダ(キャベツ・ハム) 山菜醤油和え(シメジ)	御飯 赤魚照焼 蒸茄子添え 減塩しょうゆ 蒸南瓜ソ-ロアツカ 生姜和え(インゲン) おはぎ	御飯 鯖文化干焼 きぬさや添え マカロニサラダ(キュウリ) オクラカ和え	肉けんちんうどん パック七味1ヶ ホ-クシユマイ 酢物(イ) ジョア(ストロベリー)
夕食	御飯 鶏モモ焼肉風 アスパ-ラソテ添え 卵の花炒り わさび和え(チンゲンサイ) ハ-イナップル	御飯 親子煮 湯豆腐 減塩しょうゆ お浸し(ホレンソウ) まんまる月ゼリー	御飯 豚モモ和風ソテ- チンゲンサイソテ添え シルバ-サラダ 生姜和え(インゲン) リンゴ	御飯 鯖山椒焼 ふき煮添え しぎ茄子 ゆかり和え(キャベツ) バナナ	御飯 ぶりの照焼 オクラ添え じゃがいも煮 わさび和え(コマツ) ハ-イナップル	御飯 鮭ムニエル ミックスベジタブルソテ- 大根・人参炒め煮 野沢菜漬 巨峰	御飯 すき焼風煮 華風サラダ(レタス・キュウリ) ゆず胡椒和え(ナハ)	御飯 チキンソテ- チンゲン菜添え 減塩しょうゆ ふろふき大根 胡麻和え(ブ-ロココリ-) リンゴ	御飯 揚たらフリソースかけ 茹もやし添え かぶ人参含煮 お浸し(カワラワ-) みかん缶
成分	エネルギー 1878 kcal たんぱく質 73.3 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1853 kcal たんぱく質 80.1 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1843 kcal たんぱく質 69.4 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1907 kcal たんぱく質 72.5 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1830 kcal たんぱく質 74.9 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1775 kcal たんぱく質 71.7 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1878 kcal たんぱく質 71.8 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1880 kcal たんぱく質 73.1 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1848 kcal たんぱく質 74.2 g 食塩 10.3 g

	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)	30日(月)
朝食	御飯 ミソ汁(トウ・ワカ) 目玉焼き ケチャップパック 浸し(ホレンソウ) タラコフリカ ミルク	御飯 ミソ汁(小松菜・麩) ガ-ンモ含煮 生姜和え(ナ) 野菜フリカ ミルク	御飯 ミソ汁(キャベツ・油揚) 茹ホ-クウイン- ケチャップパック ドレッシング和え(カワラワ-) 海苔カツフリカ ミルク	御飯 ミソ汁(ワカ・玉葱) 五目巾着袋 刻み漬(ハクサイ・キュウリ) うめしそフリカ ミルク	御飯 ミソ汁(里芋・エノキ) 竹輪の甘辛煮 胡麻和え(ホレンソウ) 焼のり 減塩しょうゆ ミルク	御飯 ミソ汁(麩・長葱) 卵とじ煮(半片) 浸し(チンゲンサイ) こんぶ抹茶フリカ ミルク
昼食	御飯 カレーライス 福神漬楽京漬 野菜サラダ(レタス・キュウリ) バナナ	御飯 鮭野菜あんかけ ハンバーグ ゆず胡椒和え(ハクサイ)	御飯 赤魚生姜焼き インゲンソテ添え 中華風酢の物 浸し(コマツ)	御飯 鯖山椒焼 オクラ添え ホ-テ-そぼろ炒煮 辛子和え(コマツ)	御飯 カ-レソテ- きぬさや添え 炒り豆腐 わさび和え(ハクサイ)	御飯 豚肉中華炒め フレンチサラダ(レタス・キュウリ) 磯和え(キャベツ)
夕食	御飯 あじの塩焼 茹ミックス野菜 減塩ソース ビーフソテ- わさび和え(チンゲンサイ)	御飯 鶏モモチ-ス焼 人参煮添え 切昆布信田煮 オクラ和風和え リンゴ	御飯 酢豚 かぶ人参含煮 ゆず胡椒和え(ハクサイ) オレンジ	御飯 牛肉細切炒め 蒸茄子ソミソカ 和風和え(モヤシ) バナナ	御飯 豚ロース生姜焼 ブ-ロココリ-ソテ添え 拌三絲 オクラカ和え ハ-イナップル	御飯 赤魚南部焼 さつま黄金煮添え 生揚野菜煮 辛子和え(ナ) オレンジ
成分	エネルギー 1890 kcal たんぱく質 67.8 g 食塩 9.4 g	エネルギー 1860 kcal たんぱく質 78.3 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1759 kcal たんぱく質 65.2 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1868 kcal たんぱく質 70.0 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1830 kcal たんぱく質 75.4 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1821 kcal たんぱく質 69.3 g 食塩 8.3 g

十五夜



皆さんこんにちは。
 今年の十五夜は9月17日です。
 十五夜と言えばお月見団子があるのですが、これには
 関東と関西で形に違いがあることをご存じですか？
 関東では、満月に見立てた白くて丸い形の
 ものが一般的ですが、関西では楕(だ)円形のお団子にこしあんが巻いてあり、里芋に
 似た形をしています。
 これは、元々秋に収穫した里芋をお供え
 していたことが由来と言われているようです。



当院でお団子の提供はありませんが、当日には満月に見立てたゼリーを提供します。ご賞味ください。
 中秋の名月が見れると良いですね。

栄養管理室

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>

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”が残ることがありますが安心してお召し上がりください。

