

	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 ミソ汁(トウ・ワカメ)  鯛かつお味 いんげん添え 減塩しょうゆ 磯浸し(杓レンソウ) たらこフリカ ミルク	御飯 ミソ汁(小松菜・玉葱) ブレンオムレツ 減塩しょうゆ 茄子浸し 野菜フリカ ミルク	御飯 ミソ汁(ナス・麩) 竹輪の甘辛煮 ピナツツ和え(コマツナ) ふりかけ瀬戸風味 ミルク	御飯 なめこ汁(ネギ) 茹ホークウインナー ケチャップパック お浸し(杓レンソウ) うめしそフリカ ミルク 	御飯 ミソ汁(ハクサイ・麩) 納豆 切干大根煮 焼のり 減塩しょうゆ ミルク	御飯 ミソ汁(里芋・人参) 生揚野菜煮 わさび和え(コマツナ) たらこフリカ ミルク	御飯 ミソ汁(大根・油揚げ・ワカメ) 卵とじ煮(半片) 浸し(アスパラ) こんぶ抹茶フリカ ミルク	御飯 ミソ汁(モヤシ・ネギ) 銀鮭塩焼 磯か浸し(ハクサイ・エノキ) 海苔かつおフリカ ミルク 	御飯 ミソ汁(ナス・玉葱) 卵ロール たらこ和え うめしそフリカ ミルク 
昼食	御飯  カレーライス 福神漬楽京漬 レタス・トマトサラダ ジョア(ストロベリー)	きしめん ヤクミ(長葱) 青味添え パック七味 天ぷら盛合(トリ・カキガ) コールスローサラダ(キャベツ)	御飯 揚たらきソースかけ 酢の物(キュウリ・モヤシ) キャベツ和え みかん 	御飯 鶏モモ照焼 インゲンソテー添え レタスツナサラダ ゆず胡椒和え(ハクサイ)	御飯 鮭ムニエル ミックスベジタブルソテー タルタルソース レタス・トマトサラダ 辛子和え(ナバナ)	御飯  豚肉立田揚  茹ミックス野菜 マヨネーズパック 柚子香酢の物(カブ) 磯和え(モヤシ) 	御飯 酢豚 フレンチサラダ(レタス・セロリ) 梅あえ(カリフラワー)	五日炊き込ごはん マジキハーフ焼 いんげんソテー添え ポテトサラダ(キュウリ・ニンジン) 辛子和え(キャベツ)	胚芽ロール ハチミツ&マーガリン たらムニエル ミックスベジタブルソテー カブ・ベーコンソテー煮 トレッピング和え(チンゲンサイ)
夕食	御飯 鮭味噌つけ焼 ブロッコリー添え 華風炒め(キャベツ) ゆかり和え(カブ) オレンジ	御飯 かじきステーキ風 茶福豆煮 生揚大根人参煮 生姜和え(チンゲンサイ) バナナ	御飯  豚ロース生姜焼 オムレツ添え ぜんまい・白滝煮 胡麻和え(ブロッコリー)	御飯 鯖の味噌煮 付合わせ(針生姜) 筑前煮 しその実漬 リンゴ	御飯 鶏モモ焼肉風 野菜ソテー付け合せ ふきポテト煮 ピナツツ和え(ブロッコリー) パインアップル	御飯 シロハニ生姜焼 がり漬 南瓜煮付  たら和風和え オレンジ	御飯 赤魚南部焼 さつま黄金煮添え 白和え 生姜和え(ナス) リンゴ 	御飯 牛肉細切炒め 大根人参干海老煮 野沢菜漬 バナナ	御飯  フライドチキン  ブロッコリー添え レモン サラダ コーンポタージュ 生チョコケーキ 
成分	エネルギー 1845 kcal たんぱく質 75.6 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1818 kcal たんぱく質 68.0 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1839 kcal たんぱく質 69.0 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1847 kcal たんぱく質 73.5 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1832 kcal たんぱく質 76.0 g 食塩 6.2 g	エネルギー 1858 kcal たんぱく質 72.3 g 食塩 7.0 g	エネルギー 1807 kcal たんぱく質 68.9 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1851 kcal たんぱく質 69.0 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1925 kcal たんぱく質 69.3 g 食塩 8.8 g
	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)	30日(月)	31日(火)	 <p>皆さんこんにちは。 今年も残すところあと半月ですね。</p> <p>12月24・25日はクリスマス</p> <p>当院では12月24日の夕食に クリスマスメニューを提供予定です。 フライドチキンやコーンポタージュ チョコケーキをお楽しみください。</p> <p>また、大晦日には年越しそばの ご用意がございます。 来年も良い年を迎えられるよう、 是非お召し上がりください。</p> <p>1年間ありがとうございました。 来年もよろしくお願い致します。</p> <p>栄養管理室</p>	
朝食	御飯 ミソ汁(麩・エノキ・ニンジン) 生揚含煮  わさび和え(コマツナ) ふりかけ瀬戸風味 ミルク	御飯 ミソ汁(大根・絹竹) 厚焼卵 ゆず胡椒和え(ハクサイ) 海苔かつおフリカ ミルク	御飯 ミソ汁(白菜・人参) 山菜入巾着煮 おかか和え(杓レンソウ) 焼のり 減塩しょうゆ ミルク 	御飯 ミソ汁(カブ・長葱) ブレンオムレツ 減塩しょうゆ 胡麻和え(インゲン) 野菜フリカ ミルク	御飯 ミソ汁(杓レンソウ・ツメジ) 高野豆腐野菜含煮 たらこ和え たらこフリカ ミルク	御飯 ミソ汁(カブ・油揚げ) 卵とじ煮(半片) 磯浸し(モヤシ) こんぶ抹茶フリカ ミルク 	御飯 ミソ汁(ワカメ・キャベツ) ガンモ含煮 ゆず胡椒和え(ハクサイ) 海苔たまフリカ ミルク		
昼食	エビピラフ風 スパイン風  コールスローサラダ(キャベツ) ジョア(ストロベリー)	御飯 赤魚照焼 いんげんソテー添え 里芋そぼろ煮 梅あえ(カリフラワー) バナナ	御飯 親子煮 中華風サラダ わさび和え(キャベツ) みかん	ゆかりごはん 揚鱈トシかけ きぬさや添え 筑前煮 辛子和え(ナバナ)	御飯 鮭照焼 茶福豆煮 ビーフソテー わさび和え(チンゲンサイ)	御飯 イカフライ 牛肉コロケ 茹キャベツ 中濃ソース 和風サラダ(レタス・キュウリ) 胡麻和え(ナス)	御飯 ビーフソテー カテルソース カリフラワー添 拌三絲 辛子和え(チンゲンサイ)		
夕食	御飯 ホークチャップ アスパラソテー添え マカロニサラダ(キュウリ・ニンジン) 杓レンソウコンソメ煮 オレンジ	御飯 牛井風 酢物(胡瓜・モヤシ・ワカメ) ピナツツ和え(ナス)	御飯 鯖の生姜煮 付合わせ(針生姜) 生揚・玉葱・人参煮 磯和え(モヤシ) 	御飯  豚ヒレカレー焼 ミックスベジタブルソテー フレンチサラダ トレッピング和え(カリフラワー) パインアップル	御飯 松風焼  アスパラソテー添え ジンジャー・マカロニ ゆかり和え(大根) みかん	御飯 豚モモ野菜中華炒め 南瓜そぼろ煮 浸し(コマツナ・ツメジ) リンゴ	年越しそば  ヤクミ(長葱) パック七味 茹菜(コマツナ) 天ぷら盛合(ヒレ・カキガ・サマイロ) なめこ和え パインアップル		
成分	エネルギー 1849 kcal たんぱく質 70.2 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1882 kcal たんぱく質 66.7 g 食塩 6.8 g	エネルギー 1833 kcal たんぱく質 70.2 g 食塩 7.5 g	エネルギー 1837 kcal たんぱく質 73.8 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1807 kcal たんぱく質 72.8 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1930 kcal たんぱく質 67.9 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1849 kcal たんぱく質 68.2 g 食塩 10.0 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>

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。

