

	16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)	24日(月)
朝 食	御 飯 ミソ汁(トウ・カメ) 目玉焼き ケチャップ おかか和え(杓レンソウ) うめしそフリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(大根・キャベツ) 生揚げ煮 オクラ和風和え 海苔たまフリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(小松菜・エノキ) フランクフルト・ヤシ炒め わさび和え(ハクサイ) 鯛みそ ミルク	御 飯 ミソ汁(キャベツ・柿) 高野豆腐野菜含煮 山菜醤油和え(シメジ) 野菜フリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(ワカ・フ) 卵とじ煮 ピーナッツ和え(ナス・エノキ) ふりかけ瀬戸風味 ミルク	御 飯 ミソ汁(里芋・玉葱) がんこ含煮 お浸し(コマツ) 減塩のり佃煮 ミルク	御 飯 ミソ汁(麩・エノキ・ニンジン) ツナオムレツ 減塩しょうゆ ゆず胡椒和え(キャベツ) たらこフリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(玉葱・油揚げ) 竹輪の甘辛煮 わさび和え(チンゲンサイ) うめしそフリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(ハクサイ・フ) 鰯かつお味 カリフラワー添え 煮浸(杓レンソウ・ハクペイ) 焼のり 減塩しょうゆ ミルク
昼 食	御 飯 赤魚生姜焼き インゲンソテー添え 金平煮(糸こんにゃく) わさび和え(ハクサイ)	ソフトフランス ハチミツ&マーガリン 鶏ももトマト煮 コールスローサラダ(キャベツ・キュウリ) コーンポタージュ	けんちんそば パック七味 ヤミ(長葱) 青味添え ポークシュマイ 牧場の朝 いちご	御 飯 メルル・サムニール カレーソースかけ 白菜信田煮 ごま和え(チンゲンサイ・ニンジン)	かやく御飯 シルバー照焼 オクラ添え コールスローサラダ(キャベツ) 浸し(杓レンソウ) 冷凍マンゴー	御 飯 鰯の南蛮漬風 炒り豆腐 浅漬(キュウリ・かぶ)	御 飯 鶏もも香味焼 オニオンソテー添え かぶ人参含煮 おかか和え(杓レンソウ) みかん	御 飯 鮭野菜あんかけ 白和え(杓レン草) 生姜和え(白菜)	御 飯 鶏もも唐揚げ ブロッコリー添え マヨネーズ 和風サラダ(キャベツ) オクラおかか和え
夕 食	御 飯 酢豚(ハインズ) レタスツナサラダ 胡麻和え(ブロッコリー) ヨーグルト和え(白桃缶)	御 飯 鯖柿香味焼 はじかみ生姜 インゲンきんぴら風 辛子和え(菜の花) リンゴ(ふじ)	御 飯 鶏ももハーブ焼 ブロッコリーソテー添え キャベツ千切りソテー 磯和え(ナス・キャベツ) バナナ	御 飯 豚おろし煮かけ きぬさや添え ポテトサラダ(ハム・キュウリ) かか和え(梅シ) オレンジ	御 飯 鶏ももニール デミグラスソース(キノコ) グラッセ 黄金煮(サツマイモ) 梅あえ(大根)	御 飯 ピーナツソテー ミックスベジタブルソテー カリフラワー人参煮 辛子和え(菜の花) リンゴ(ふじ)	御 飯 ぶり大根 里芋そぼろ煮 ごま和え(梅シ)	御 飯 豚もも野菜中華炒め 南瓜煮付 しその実漬 ハインツブル	御 飯 鯖味噌風味焼 がり漬 茄子印元炒め煮 ゆかり和え(大根) 冷凍マンゴー
成分	エネルギー 1804 kcal たんぱく質 71.8 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1894 kcal たんぱく質 75.0 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1860 kcal たんぱく質 75.5 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1879 kcal たんぱく質 71.1 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1886 kcal たんぱく質 75.3 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1910 kcal たんぱく質 76.2 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1809 kcal たんぱく質 79.5 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1825 kcal たんぱく質 74.0 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1836 kcal たんぱく質 78.3 g 食塩 8.5 g

	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)
朝 食	御 飯 ミソ汁(ポテト・シメジ) 五目巾着袋 磯浸し(菜の花) 野菜フリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(大根・生揚げ) フランクフルト・ヤシ炒め わさび和え(ハクサイ) 海苔かつフリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(かぶ・人参) 玉子巻 減塩しょうゆ 辛子和え(ブロッコリー) 海苔たまフリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(ワカメ・玉葱) プレーンオムレツ ケチャップ 菜の花ドレッシング和え うめびしお ミルク	御 飯 ミソ汁(ナス・エノキ) 茹かきウインナー ケチャップ ゆかり和え(キャベツ) こんぶ抹茶フリカ ミルク	御 飯 なめこ汁(柿) 温泉卵 減塩しょうゆ 小松菜ソテー ふりかけ瀬戸風味 ミルク
昼 食	きつねうどん ヤミ(長葱) パック七味 青味添え 厚焼卵 和風サラダ(梅シ・キュウリ)	御 飯 鰯山椒焼 きぬさや添え ハンバーグサラダ 浸し(コマツ)	御 飯 八宝菜 冬瓜そぼろ煮 胡麻和え(コマツ) 生揚げたまフリカ ミルク	御 飯 ハンバーグ デミグラスソース 茹かきアスパラ添え ツナサラダ(レタス・キュウリ) 磯浸し(梅シ) シヨア(ストロベリー)	御 飯 お弁当(おかず) みかん	御 飯 メルル・サムニール 茹かきミックス野菜 タルタルソース マカロニケチャップ煮 梅あえ(カリフラワー)
夕 食	御 飯 鶏ももシャブソース チンゲン菜添え ビーフソテー ピーナッツ和え(カリフラワー) みかん	御 飯 豚もも和風ソテー いんげんソテー添え ひじき・油揚げ炒煮 梅あえ(キュウリ) リンゴ(ふじ)	御 飯 鯖塩焼 蒸茄子添え 減塩しょうゆ シルバーサラダ(ハルサメ) 生姜和え(キャベツ) オレンジ	御 飯 シルバーハーブ焼 オクラ添え さつま芋小倉煮 浸し(杓レンソウ・ニンジン) 冷凍マンゴー	御 飯 牛丼風 盛合せサラダ しば漬け	御 飯 肉団子野菜甘酢煮 白和え(杓レン草) ゆず胡椒和え(ハクサイ) リンゴ(ふじ)
成分	エネルギー 1878 kcal たんぱく質 77.5 g 食塩 10.2 g	エネルギー 1865 kcal たんぱく質 72.3 g 食塩 7.0 g	エネルギー 1936 kcal たんぱく質 69.4 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1822 kcal たんぱく質 70.3 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1822 kcal たんぱく質 62.8 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1849 kcal たんぱく質 73.1 g 食塩 8.8 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 <https://murayama.hosp.go.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。



# 停電の日

皆さんこんにちは。  
秋も深まり、朝夕の冷え込みが一段と厳しくなってきましたね。  
★11月29日(土)は「**受変電設備定期点検**」の日となります。  
厨房が一部停電し、調理が通常通りできないため、  
**昼食はお弁当**での提供となります。病院内の設備が正常に作動するため、**年に一度**、点検を実施しております。  
ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力のほど  
よろしくお願いいたします。

〈11月29日(土) 昼食の献立(予定)〉

- ・御飯
- ・赤魚のみそ漬け焼き
- ・鶏肉と野菜の煮物
- ・チンゲン菜の黄金和え
- ・みかん

当院キャラクター ぽーんちゃん

栄養管理室