

## 予定献立表

村山医療センター

1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)
朝食 御飯 祝い汁(福もち) 日の出蒲鉾 数の子 一口昆布巻 浸し(わレソウ) みかん ロングライフ牛乳	御飯 ミソ汁(白菜・油揚) いくら 厚焼卵 金時豆 辛子和え(ナハナ) ロングライフ牛乳	御飯 ミソ汁(わレソウ・フ) 五目巾着袋 磯和え(キャベツ・モミジ) 生姜和え(コマツナ) 酢ばす 栗きんとん こんぶ抹茶ワリカ ロングライフ牛乳	御飯 ミソ汁(大根・生揚) 高野豆腐野菜含煮 生姜和え(コマツナ) タコワリカ ミルク	御飯 ミソ汁(トウフ・ワカメ) けのれつ 減塩しょうゆ 辛子和え(ナハナ) 海苔たまワリカ ミルク	御飯 なめこ汁(ズキ) 野菜きんちやく わさび和え(ハクサイ) 海苔かわリカ ミルク	御飯 ミソ汁(玉葱・油揚) 目玉焼き ケチャップ 山菜醤油和え(シメジ) 野菜ワリカ ミルク	御飯 ミソ汁(フ・長葱) 納豆 かぶべーコン炒煮 焼のり 減塩しょうゆ ミルク	御飯 ミソ汁(大根・里芋) 鮭塩焼 辛子和え(コマツナ) ふりかけ瀬戸風味 ミルク
昼食 炊きおこわ 新巻鮭 おろし 減塩しょうゆ おせち盛合せ 吹き寄せ煮 きぬさや添え 梅あえ(カブ)	御飯 チキンピカタ 野菜ソテー添え 五目金平煮(サツマ揚) しその実漬 祝い華(寿 松竹梅)	御飯 あじフライ・えびフライ ブロッコリー添え レモン 中濃ソース 線切サラダ(タ・イコン・キュウリ) 浸し(インゲン)	シーフード カレーライス 福神漬 楽京漬 酢物(カブ・ワカメ) レモン 中濃ソース 梅あえ(カブ)	御飯 鶏モモ肉ソース焼 茹キヤベツ添え マヨネーズ 里芋煮付 梅あえ(カリフラワー)	五目ラーメン 五目ラーメンの具 青味添え ヤクニ(長葱) 盛合せサラダ(レタス・キュウリ) 牧場の朝 いちご	御飯 赤魚空揚野菜アソケ 中華風サラダ ピーナッツ和え(ブロッコリー) 牧場の朝 いちご	パ・ターロール リンゴ & マーガリン 中華風サラダ グラッセ ホ・テサラダ(ハム・キュウリ)	御飯 ロースとんかつ 茹ミック野菜 中濃ソース 絞り豆腐くず煮 オクラオカ和え
夕食 御飯 すき焼風炒め煮 ホ・テサラダ(キュウリ・コーン) オクラオカ和え ヨーグルト和え(白桃缶) 伊予柑	御飯 金目鯛煮魚 付合わせ(針生姜) 紅白なます(1ズ) 胡麻和え(コマツナ) リンゴ(ふじ)	御飯 ホークソテー ミックスペジタブルソテー 切干大根煮 しば漬け オレンジ	御飯 鰯山椒焼 きぬさや添え ひじき・油揚炒煮 わらオカカ和え バナナ	御飯 シルバー・ハーブ焼 いんげんソテー添え キャベツ干エビソテー 磯和え(わレソウ) バナナ	御飯 メルーサ生姜焼 大学芋添え 卯の花炒り かぶの青ソシ和え 冷凍マンゴー	御飯 松風焼 アスピラソテー添え ビーフンソテー 生姜和え(ナエノキ) リンゴ(ふじ)	御飯 おでん(コンニャク入) レタスツナサラダ(オニオンドレ) おかあえ(インゲン) みかん	御飯 アジ・ゼ・香味焼 野菜ソテー(モヤシ・人参) 筑前煮(鶏・牛蒡・レンコン) しば漬け 冷凍マンゴー
成分 エネルギー 2072 kcal たんぱく質 87.4 g 食塩 11.0 g	エネルギー 1907 kcal たんぱく質 75.4 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1983 kcal たんぱく質 71.9 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1798 kcal たんぱく質 69.3 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1867 kcal たんぱく質 78.2 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1887 kcal たんぱく質 68.8 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1840 kcal たんぱく質 75.3 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1834 kcal たんぱく質 74.5 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1821 kcal たんぱく質 73.7 g 食塩 8.0 g
10日(土)	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)			
朝食 御飯 ミソ汁(小松菜・フ) 温泉卵 減塩しょうゆ 切干大根煮 減塩 海苔たまワリカ ミルク	御飯 ミソ汁(ワカメ・長葱) 生揚含煮 わさび和え(ハクサイ・キヌ) タラコワリカ ミルク	御飯 ミソ汁(トウフ・ナス) 茹ホーケイソナーケチャップ 浸し(わレソウ) 海苔かわリカ ミルク	御飯 ミソ汁(カブ・人参) ブレーンオムレツ 減塩しょうゆ ビーナッツ和え(ハクサイ) うめしそワリカ ミルク	御飯 ミソ汁(ホ・ト・玉葱) 竹輪の甘辛煮 胡麻和え(コマツナ) うめしそワリカ ミルク	御飯 ミソ汁(ワカメ・フ) 卵とじ煮 か和(大根・人参) 海苔たまワリカ ミルク			
昼食 御飯 豚ヒレ風味焼 チキンソテー添え しげ茄子 ドレッシング 和え(カリフラワー)	御飯 鶏クリームシュー 盛合せサラダ おかか和え おしる粉	御飯 ハンバーグ グラッセ 中濃ソース 鮭サラダオニオンドレ 生姜和え(インゲン)	きつねうどん ヤクニ(長葱) 青味添え パック七味 蒲鉾白 中華風酢の物	御飯 ホークソテー テミグラソース ブロッコリー添え 和風サラダ(レタス・紫玉ねぎ) ゆかり和え(モヤシ)	御飯 シルバー味噌焼 インゲンソテー添え ビーフンソテー かぶの青ソシ和え			
夕食 御飯 鰯つけ焼 がり漬 シルバー・サラダ 梅あえ(だいこん) パ・イッフル	御飯 メルーサおろし煮かけ オクラ添え かぶ人参炒め煮 磯和え(コマツナ・エノキ) オレンジ	御飯 シルバー和風キノコンカ 湯豆腐 減塩しょうゆ 辛子和え(チングンサイ) 冷凍マンゴー	御飯 鶏モモトマト煮 ミックスペジタブルソテー パ・ソブ・キンサラダ ゆず胡椒和え(ナハナ) みかん	御飯 ぶりの照焼 きぬさや添え 大根そぼろ煮 わさび和え(わレソウ) リンゴ(ふじ)	御飯 八宝菜 豆腐あんかけ 中華風漬乱切キウリ 冷凍マンゴー			
成分 エネルギー 1801 kcal たんぱく質 72.3 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1871 kcal たんぱく質 70.3 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1825 kcal たんぱく質 78.4 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1824 kcal たんぱく質 73.4 g 食塩 9.9 g	エネルギー 1809 kcal たんぱく質 72.2 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1854 kcal たんぱく質 71.4 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。

