

	1日(金)	2日(土)	3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
朝食	御飯 ミソ汁(ホト・インゲン) 野菜炒め(キャベツ・ローズハム) ピーナツ和え(ブロッコリー) こんぶ抹茶フカ ミルク	御飯 ミソ汁(里芋・人参) ツオムツ 減塩しょうゆ ゆず胡椒和え(ハクサイ) ふりかけ瀬戸風味 ミルク	御飯 なめこ汁(袴) 高野豆腐卵とじ お浸し(白菜) 海苔たまフカ ミルク	御飯 ミソ汁(大根・ナ) 温泉卵 減塩しょうゆ 小松菜ソテー うめびしお ミルク	御飯 ミソ汁(トウ・袴) 炒り卵 ケチャップ 山菜醤油和え(シメジ) 海苔かつおか ミルク	御飯 ミソ汁(カブ・人参・麩) ガソ含煮 生姜和え(コマツ) うめしそフカ ミルク	御飯 ミソ汁(玉葱・モヤシ) 野菜きんちゃく 胡麻和え(ナ・キヌサ) ふりかけ瀬戸風味 ミルク	御飯 ミソ汁(大根・エノ) フランクフルト・ヤイ炒め お浸し(ホウレン草) たらコフカ ミルク	御飯 ミソ汁(トウ・油揚げ) 目玉焼き 減塩しょうゆ 生姜和え(チンゲンサイ) こんぶ抹茶フカ ミルク
昼食	御飯 鯖塩焼 がり漬 茄子・白滝・人参煮 オクラ和風和え	御飯 鶏モ唐揚 茹キャベツ レモン ノンオイルサザンドレッシング フレンチサラダ(レタス・トマト) 辛子和え(チンゲンサイ)	カレーライス 福神漬楽京漬 フレンチサラダ 冷凍マンゴー	御飯 八宝菜 酢物(胡瓜・モヤシ・ワカメ) 梅あえ(カワラワ)	エビピラフ風 盛合せサラダ(レタス・キュウリ・トマト) 人参甘煮 クリームソーダ風ゼリー	御飯 鰯味噌焼 がり漬 卵豆腐 辛子和え(チンゲンサイ・ニンジン)	御飯 ホウキカ いんげん添え ケチャップ レタスサラダ(オニオン・レタス) キャベツ和え	ゆかりごはん ムルサ生姜焼 オクラ添え じゃがいも煮 わさび和え(ハクサイ)	御飯 豚肉立田揚 茹キャベツ マヨネーズ 酢物(カワラワ・キュウリ) しその実漬
夕食	御飯 豚肉ミソマ漬焼 モヤシソテー 酢物(キュウリ・ワカメ) 磯浸し(菜の花) ヨーグルト和え(ミカン缶)	御飯 鮭照焼 うぐいす煮豆添え 大根シメジ 人参炒煮 お浸し(コマツ) ハ イアップル	御飯 シルバークロケット焼 ミックスベジタブルソテー 里芋そぼろ煮(非) 胡麻和え(インゲン)	御飯 ぶりの照焼 きぬさや添え ぜんまい炒り煮 わさび和え(ホウレン草) オレンジ	御飯 鶏モ焼肉風 オニオン添え 白和え(ホウレン草) オクラ和風和え	御飯 豚ロース和風ソテー 野菜ソテー添え 南瓜そぼろあんかけ ドレッシング和え(ブロッコリー) アンデスメロン	御飯 鯖塩焼 おろし 減塩しょうゆ 筑前煮(鶏・牛蒡・レンコン) ゆず胡椒和え(ナハ) 冷凍マンゴー	御飯 鶏モハーフ焼 グラッセ 拌三絲(ムサメ・モヤシ) 磯和え(ブロッコリー) 夏みかん	御飯 赤魚照焼 がり漬 しぎ茄子(シメジ・ピーマン) 胡麻和え(コマツ・ニンジン) バナナ
成分	エネルギー 1819 kcal たんぱく質 71.3 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1804 kcal たんぱく質 73.9 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1912 kcal たんぱく質 74.0 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1831 kcal たんぱく質 73.6 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1905 kcal たんぱく質 71.8 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1806 kcal たんぱく質 73.0 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1819 kcal たんぱく質 72.5 g 食塩 7.1 g	エネルギー 1803 kcal たんぱく質 74.2 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1847 kcal たんぱく質 75.1 g 食塩 7.6 g
	10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	<div data-bbox="1819 917 2686 1825" data-label="Complex-Block"> <h2 style="text-align: center;">端午の節句</h2> <p>みなさんこんにちは。5月5日は「こどもの日」。元々は「端午の節句」といい、子どもたちの健やかな成長を願う行事です。この時期に飾られる「こいのぼり」は、流れの速い川でも元気に泳ぐ鯉のように、たくましく育ててほしいという願いが込められています。また、この日に食べられる「柏餅(かしわもち)」は江戸時代の関東を中心とした東日本でよく食べられていたそうです。ちなみに、西日本では笹の葉を使って「ちまき」が食べられていたそうです。当院では、皆さまに安心して召し上がっていただけるよう、当日の昼食に「クリームソーダ風ゼリー」をご用意しております。季節のお食事をお楽しみいただければと思います。</p> <div style="text-align: center;"> </div> <p style="text-align: right;">栄養管理室</p> </div>		
朝食	御飯 ミソ汁(里芋・人参) 竹輪の甘辛煮 和風和え(モヤシ) 海苔たまフカ ミルク	御飯 ミソ汁(キャベツ・麩) 卵とじ煮 お浸し(ホウレン草) 減塩のり佃煮 ミルク	御飯 ミソ汁(ホト・玉葱) ツオムツ 減塩しょうゆ 胡麻和え(コマツ・ニンジン) 野菜フカ ミルク	御飯 ミソ汁(カブ・長葱) 納豆 切干大根信田煮 焼のり 減塩しょうゆ ミルク	御飯 ミソ汁(大根・ワカメ) 生揚含煮 オクラ和風和え 海苔たまフカ ミルク	御飯 ミソ汁(ホウレン草・人参) 温泉卵 減塩しょうゆ 野菜ソテー(キャベツ・タマネギ) ふりかけ瀬戸風味 ミルク			
昼食	御飯 チキンソテー ドミグラスソース ミックスベジタブルソテー ハンバーグサラダ 辛子和え(菜の花)	御飯(非) 鱈の南蛮漬 湯豆腐 減塩しょうゆ わさび和え(インゲン)	きしめん 天ぷら(トリ・鯖・キャベツ・ピーマン) ヤミ(長葱) 蒲鉾白 ハクサイ七味 和風サラダ(サニール・トマト) 牧場の朝 いちご	ソフトフランス リンゴ&マーガリン シーフード・クリームチュー サラダ(レタス・キュウリ・紫玉葱)	御飯(非) 鶏モチーズ焼 ブロッコリーソテー添え コールスーラダ(キャベツ) オクラ和え(ハクサイ)	五目炊き込ごはん ムルサ味噌焼 茶福豆煮 ひじき・人参煮 ピーナツ和え(コマツ・エノ)			
夕食	御飯 ぶり山椒焼 きぬさや添え キャベツ干ヒソテー ピーナツ和え(白菜) 甘夏柑	御飯(非) 豚肩ロース焼肉 チンゲンサイ添え ふき切昆布煮 梅あえ(かぶ) 冷凍マンゴー	御飯(非) シルバークロケット 野菜ソテー添え 大根シメジ 人参炒煮 オクラマヨネーズ和え(オクラ) ハ イアップル	御飯(非) ホウキソテー ミックスベジタブルソテー ビーフソテー お浸し(コマツ・シメジ) オレンジ	御飯(非) ぶりの照焼 インゲンソテー 南瓜煮付 辛子和え(菜の花) アンデスメロン	御飯(非) すき焼風炒め煮 拌三絲(モヤシ・キュウリ) お浸し(カワラワ) 夏みかん			
成分	エネルギー 1918 kcal たんぱく質 72.9 g 食塩 7.1 g	エネルギー 1892 kcal たんぱく質 72.4 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1872 kcal たんぱく質 68.6 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1830 kcal たんぱく質 73.1 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1824 kcal たんぱく質 71.4 g 食塩 6.9 g	エネルギー 1833 kcal たんぱく質 71.9 g 食塩 9.5 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召し上がってください。

