

	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)
朝 食	御 飯 ミソ汁(大根・インゲン) さんま蒲焼缶 煮浸(ハクサイ・ニンジン) 海苔たまりか ミルク	御 飯 ミソ汁(ホ [°] ト・キヌサ) 目玉焼き 減塩しょうゆ ブ [°] ロccoli-和え 海苔か [°] フリカ ミルク	御 飯 なめこ汁(柿 [°]) 納豆 切干・シイタケ炒り煮 焼のり 減塩しょうゆ ミルク	御 飯 ミソ汁(ワカメ・麴) 生揚げ煮 お浸し(ホレンソウ・ニンジン) 鯛みそ ミルク	御 飯 ミソ汁(ナス・里芋) 竹輪の甘辛煮 磯和え(チンゲンサイ・シメジ) 海苔たまりか ミルク	御 飯 ミソ汁(エノキ・ニンジン) 厚焼卵 ゆず胡椒和え(ナハナ) 減塩のり佃煮 ミルク	御 飯 ミソ汁(ホレンソウ・麴) 野菜きんちゃく ゆかり和え(カブ) たらこフリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(カブ・油揚げ) 目玉焼き 中濃ソース ごま和え(キャベツ) 野菜フリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(キャベツ・キヌサ) 茹 [°] ホークインナー ケチャップ [°] 磯浸し(コマツナ・シメジ) 海苔か [°] フリカ ミルク
昼 食	きつねそば やみ(長葱) ハック七味 青味添え 筑前煮(鶏・牛蒡・レンコン) ジョア(ストロベリー)	御 飯 鯖の味噌煮 付合わせ(針生姜) 茄子人参玉葱炒煮 磯和え(モヤシ)	胚芽食パン ブルーベリー&マーガリン マルルサーフ焼 ミックスベジタブルソテー パンフキンサラダ	御 飯 シバ [°] 山椒焼 ブ [°] ロccoli-添え ノンオイルフレンチクリーム キャベツ干エビソテー 梅あえ(だいこん)	御 飯 鶏 [°] 焼肉風 オニオンソテー添え 酢物(胡瓜・カブ) 山菜醤油和え(シメジ)	カレーライス 福神漬楽京漬 和風サラダ(レタス・トマト) ハ [°] イナップル	わかめごはん アジ [°] 香味焼 うぐいす煮豆 ホ [°] トそば煮 生姜和え(ナス・エノキ)	きしめん やみ(長葱) ハック七味 青味添え 天ぶら(トリ・サツ・ピーマン) 華風和え	御 飯 豚ヒレ梅香焼 アスパラソテー添え 南瓜煮付 浅漬(キュウリ・カブ)
タ 食	御 飯 千草焼 きぬさや添え マカロニサラダ [°] しその実漬 冷凍マンゴー	御 飯 鶏 [°] 生姜焼 さつま黄金煮添え レタスツナサラダ(オニオン・レッシング) [°] 浸し(コマツナ) 幸水	御 飯 豚 [°] 七味焼 カリフラワー添え 減塩しょうゆ かぶ人参 [°] コン炒煮 オクラか和え すいか	御 飯 牛丼風 ナムル(コマツナ・エノキ・ニンジン) わさび和え(ハクサイ) オレンジ	御 飯 鯖照焼 オクラ添え 大根炒め煮 ピーナツ和え(コマツナ・ニンジン) 冷凍マンゴー	御 飯 鮭野菜あんかけ ビーフソテー 浸し(アスパラ)	御 飯 豚肩ロース生姜焼 インゲンソテー 中華風サラダ [°] おかか和え(ブ [°] ロccoli-) ヨーグルト和え(白桃缶)	御 飯 ビーフソテー オニオンソテー添え ひじき炒り煮 わさび和え(ハクサイ) オレンジ	御 飯 鱈おろし煮かけ 卵の花炒り ゆず胡椒和え(チンゲンサイ) 冷凍マンゴー
成 分	エネルギー 1820 kcal たんぱく質 71.6 g 食塩 9.1 g	エネルギー 1869 kcal たんぱく質 71.5 g 食塩 7.0 g	エネルギー 1822 kcal たんぱく質 72.7 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1878 kcal たんぱく質 68.6 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1850 kcal たんぱく質 71.0 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1880 kcal たんぱく質 67.5 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1865 kcal たんぱく質 74.9 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1853 kcal たんぱく質 65.6 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1804 kcal たんぱく質 77.2 g 食塩 7.7 g
	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)	もしもの食事の備え 9月1日は防災の日！ 災害時は、普段通りの食事を摂るのが難しくなる場合があります。当院では、災害時にも主食・主菜・副菜をそろえた食事を意識し、普段から提供している煮物や缶詰など、食べ慣れた食品を活用しています。また、噛む力や飲み込む力に合わせた食事にも配慮しています。 食品は日常的に使用し、使った分を買い足す「ローリングストック」を取り入れ、普段の食事を災害時にも活用できるように揃えています。		
朝 食	御 飯 ミソ汁(ホ [°] ト・玉葱) 卵とじ煮 ピーナツ和え(インゲン) うめしそフリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(大根・里芋) 温泉卵 減塩しょうゆ 小松菜ソテー こんぶ抹茶フリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(シメジ・人参) 五目巾着袋 磯和え(モヤシ) ふりかけ瀬戸風味 ミルク	御 飯 ミソ汁(ナス・玉葱) がん [°] 煮 生姜和え(コマツナ・ニンジン) うめびしお ミルク	御 飯 なめこ汁(トウワ・柿 [°]) ツナオムレツ ケチャップ [°] 梅あえ(カリフラワー) 野菜フリカ ミルク	御 飯 ミソ汁(大根・長葱) 厚焼卵 ゆず胡椒和え(ハクサイ) たらこフリカ ミルク			
昼 食	御 飯 ハンバーグ 和風キノコあん 生揚げ野菜煮 ブ [°] ロccoli-ツナ和え 巨峰	御 飯 麻婆豆腐 拌三絲(ハルサメ・モヤシ) ドレッシング和え(カリフラワー)	御 飯 八宝菜 中華サラダ(キュウリ・レタス) オカマヨネーズ和え(インゲン)	御 飯 豚ヒレみそ漬焼 ブ [°] ロccoli-添え マヨネーズ [°] 和風サラダ(レタス・キュウリ) オクラか和え	御 飯 鰯の南蛮漬 里芋人参含煮 ピーナツ和え(ホレン草)	五目あんかけ焼そば 和風サラダ(モヤシ・キュウリ) ヤクルト			
タ 食	御 飯 ぶりの照焼 きぬさや添え コールスローサラダ(キャベツ) オクラか和え	御 飯 松風焼 蒸茄子添え 減塩しょうゆ ふきかか煮 辛子和え(チンゲンサイ・ニンジン) りんご(ツがる)	御 飯 鮭塩焼 きぬさや添え かぶ人参炒り煮 しば漬け バナナ	御 飯 鯖照焼 がり漬 じゃがいも鶏こま煮 ユカ和え(ハクサイ) オレンジ	御 飯 鶏 [°] 焼肉風 アスパラソテー添え 金平煮(レンコン) わさび和え(チンゲンサイ) ブルーツボニチ	御 飯 鶏 [°] チーズ [°] 焼 グラッセ ケチャップ [°] 炒り豆腐 胡麻和え(コマツナ) 冷凍マンゴー			
成 分	エネルギー 1864 kcal たんぱく質 67.0 g 食塩 7.5 g	エネルギー 1821 kcal たんぱく質 69.3 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1847 kcal たんぱく質 70.4 g 食塩 8.6 g	エネルギー 1845 kcal たんぱく質 70.9 g 食塩 7.5 g	エネルギー 1875 kcal たんぱく質 72.0 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1954 kcal たんぱく質 78.1 g 食塩 8.6 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。

