



週間献立表 《常食》

サカ緑井病院

	6	7	8	9	10	11	12
朝食	《共通料理》 ひじきと豆のサラダ 牛乳 ～和食～ たまご雑炊 フルーツ ～洋食～ 食パン 野菜スープ	《共通料理》 ポテトサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 鯛味噌 ～洋食～ ロールパン コンソメスープ	《共通料理》 オムレツ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ 食パン 南瓜スープ	《共通料理》 かぼちゃのマリネ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ～洋食～ 食パン 大根スープ	《共通料理》 野菜のクリーム煮 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ ロールパン ポパイスープ	《共通料理》 人参のツナサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 鯛味噌 ～洋食～ 食パン 白菜スープ	《共通料理》 ラタトゥイユ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ ロールパン 野菜スープ
昼食	ご飯 味噌汁 豚肉のオイスター炒め 茄子の含め煮 青菜の辛子マヨ和え	🍣お寿司の日🍣 七夕散らし寿司 赤だし 大根のそぼろ煮 すいか	にしんの炊き込みご飯 冬瓜汁 おろし豆腐ハンバーグ ほうれん草とハムのソテー レモンゼリー	麦ごはん お吸い物 カレーの茗荷味噌焼き 青梗菜の煮浸し ごぼうとイゲソのサラダ	和風ガバオ丼 味噌汁 キャベツのおかか和え 甘夏ゼリー	麦ごはん 味噌汁 厚揚げのピリ辛味噌炒め しぐれ煮 とろろ芋	ご飯 味噌汁 蒸し鶏の酢味噌かけ ブロッコリーのソテー ピーチムース
夕食	ご飯 お吸い物 カレーの煮付け 蓮根の味噌バター炒め 煮豆	ご飯 味噌汁 肉豆腐 野菜炒め ほうれん草の胡麻和え	ご飯 コンソメスープ タラのタルタル焼き ジャーマンポテト ブロッコリーのツナサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の和風ソースかけ じゃが芋の煮物 もずく酢	ご飯 具汁 ホッケの塩焼き ひじきと枝豆の白和え 漬け物	ご飯 味噌汁 豚肉の塩こうじ炒め もやしのさっぱり和え フルーツ	ご飯 冬瓜スープ 点心盛り合わせ ゴーヤのツナ和え 漬け物
栄養価	1679 kcal/塩分 5.9 g	1601 kcal/塩分 7.7 g	1640 kcal/塩分 8.0 g	1611 kcal/塩分 7.2 g	1582 kcal/塩分 7.9 g	1642 kcal/塩分 7.9 g	1606 kcal/塩分 7.4 g