

# 献立表

蛋白質コントロール食

|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          | 11/1                                                                 |
|---|-----|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 朝 | A定食 |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          | 無塩パン30g、バター<br>野菜の炒め物（小柱）<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;                |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 昼 | A定食 |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          | 鶏きうどん(P)<br>エドモ焼売③<br>大根サラダ(ノドレソレ)                                   |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 夕 | A定食 |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉のハン粉焼 P⑤<br>付) バックソース<br>糸手サラダ<br>いり豆腐<br>りんごのコンポート |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
|   |     | 11/2                                                        | 11/3                                                             | 11/4                                                                 | 11/5                                                                                    | 11/6                                                     | 11/7                                                                 |
| 朝 | A定食 | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;       | 無塩パン30g、バター<br>シーフードサラダ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)                 | 無塩パン30g、バター<br>カレーライス(D)<br>付) ケチャップ バック<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164; | 無塩パン30g、バター<br>カレーライス(D)<br>付) ケチャップ バック<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;                    | 無塩パン30g、バター<br>クリーム煮(P)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)            | 無塩パン30g、バター<br>ステーキ P<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;                    |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 昼 | A定食 | 低たんぱく御飯 180<br>シチュー(カレー風味)<br>野菜のマリネ<br>7&#36164;デザート(P)    | 低たんぱく御飯 180<br>プリの照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)             | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉のトマト煮(60)<br>鶏しき(鶏肉)<br>春雨サラダ                       | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉 P<br>大根とツナの炒め<br>春巻(60)                                               | 低たんぱく御飯 180<br>材料の香味ライス(40) 揚げ<br>大豆とひじきの煮物<br>小松菜の土佐和え  | 肉うどんP90<br>めんつゆ(湯)<br>付) 七味唐辛子<br>竹輪とキハクの金平<br>煮豆(金時豆)               |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 夕 | A定食 | 低たんぱく御飯 180<br>肉豆腐(P)<br>南蛮いとし煮<br>小松菜の土佐和え<br>漬し汁(アレーン、ルベ) | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の竜田揚げ(40)<br>ぜんまいの炒め煮<br>7&#36164;のナムル<br>粉焼キムチ | 低たんぱく御飯 180<br>ハ&#36164;の梅焼き(40)<br>煮込み(大根・人参)<br>南蛮サラダ              | 低たんぱく御飯 180<br>ハ&#36164;の(白身)焼<br>ハ&#36164;の(白身)焼<br>ハ&#36164;の(白身)焼<br>ハ&#36164;の(白身)焼 | 低たんぱく御飯 180<br>ミートローフ(1/2配)<br>ミートローフ(マヨ)<br>フルーツ煮(黄桃)   | 低たんぱく御飯 180<br>赤魚の照り焼き(40)<br>北海のしぐれ煮<br>みたらし団子                      |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
|   |     | 11/9                                                        | 11/10                                                            | 11/11                                                                | 11/12                                                                                   | 11/13                                                    | 11/14                                                                |
| 朝 | A定食 | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;       | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;            | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;                | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;                                   | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;    | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;                |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 昼 | A定食 | 低たんぱく御飯 180<br>シチュー(カレー風味)<br>野菜のマリネ<br>7&#36164;デザート(P)    | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)             | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)                 | けんちんうどんP90<br>けんちんうどんP減<br>煮豆(金時豆)<br>レタスサラダ(黒・黄)                                       | 低たんぱく御飯 180<br>黒豆のソテー(40)<br>鶏肉のソテー(黒・黄)<br>粉焼キムチ        | 低たんぱく御飯 180<br>ホキの味噌焼き(60)<br>野菜の中華和え<br>わさび和え(マヨネーズ)                |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 夕 | A定食 | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)    | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)         | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)             | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)                                | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40) | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)             |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
|   |     | 11/16                                                       | 11/17                                                            | 11/18                                                                | 11/19                                                                                   | 11/20                                                    | 11/21                                                                |
| 朝 | A定食 | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;       | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;            | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;                | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;                                   | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;    | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>もっともともと&#36164;                |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 昼 | A定食 | 低たんぱく御飯 180<br>シチュー(カレー風味)<br>野菜のマリネ<br>7&#36164;デザート(P)    | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)             | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)                 | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)                                    | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)     | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)                 |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 夕 | A定食 | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)    | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)         | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)             | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)                                | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40) | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)             |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
|   |     | 11/23                                                       | 11/24                                                            | 11/25                                                                | 11/26                                                                                   | 11/27                                                    | 11/28                                                                |
| 朝 | A定食 | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)             | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)                  | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)                      | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)                                         | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)          | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)                      |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 昼 | A定食 | 低たんぱく御飯 180<br>ホキの味噌焼き(60)<br>大根とひじきの煮物<br>さつま芋の煮物          | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の味噌焼き(60)<br>青豆とひじきの煮物<br>ごぼうの胡麻和え<br>粉焼キムチ     | 五目パサージュP90<br>揚げ焼売②<br>かぶのナムル                                        | 低たんぱく御飯 180<br>チキンステーキ<br>チキンステーキ<br>チキンステーキ                                            | 低たんぱく御飯 180<br>チキンステーキ<br>チキンステーキ<br>チキンステーキ             | 低たんぱく御飯 180<br>チキンステーキ<br>チキンステーキ<br>チキンステーキ                         |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 夕 | A定食 | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)    | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)         | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)             | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)                                | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40) | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)             |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
|   |     | 11/29                                                       | 11/30                                                            | 12/1                                                                 | 12/2                                                                                    | 12/3                                                     | 12/4                                                                 |
| 朝 | A定食 | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)             | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)                  | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)                      | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)                                         | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)          | 無塩パン30g、バター<br>ミネストローネ(D)<br>フルーツ缶<br>ジョア(アレーン)                      |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 昼 | A定食 | 低たんぱく御飯 180<br>シチュー(カレー風味)<br>野菜のマリネ<br>7&#36164;デザート(P)    | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)             | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)                 | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)                                    | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)     | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>長手のみたらし風<br>ゆかり和え(キハク)                 |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |
| 夕 | A定食 | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)    | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)         | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)             | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)                                | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40) | 低たんぱく御飯 180<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)<br>鶏肉の照り焼き(40)             |
|   |     |                                                             |                                                                  |                                                                      |                                                                                         |                                                          |                                                                      |

\* 献立は都合により変更させていただくことがございます。