

献立表

蛋白質コントロール食

			12/1	12/2	12/3	12/4	12/5	12/6	
朝	A定食		無塩ハン90g・バター 野菜の炒め物（小柱） フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ｲﾂﾅ ミネストローネ（D） フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・バター ｼｰﾌﾞﾄﾞﾗｸﾞﾗﾝ（D） フルーツ缶 ｼｮｱ（ﾌﾞﾚｰﾝ）	無塩ハン90g・ｲﾂﾅ ﾊﾝ ﾋﾞﾝｼﾞｳﾙﾑ（D） 付）ｸﾞﾅﾁﾔｯﾌﾟ ﾎﾞｯｸ フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ﾌｧｽ ﾂｼﾑ ｶﾌﾞﾂﾏｰとﾋﾅのﾌﾞｰ（P） フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・バター ｸﾘｰﾑ煮（P） フルーツ缶 ｼｮｱ（ﾌﾞﾚｰﾝ）	
昼	A定食		焼きうどん（P） エビ焼売③ 大根ﾅﾂｸﾞ（ﾌｧﾄﾞﾚﾌﾚﾝﾅ）	低たんぱく御飯 180 ｼﾅﾁｭｰﾌﾞ（ｶﾚｰ風味） 野菜のマリネ ヨーグルﾄﾞﾃﾞｻｰﾄ	低たんぱく御飯 180 ﾌﾘの照り焼き（40） 大根の煮物 ゆかり和え（ｷﾔﾊﾞ）	低たんぱく御飯 180 鶏肉のﾄﾏﾄ煮（60） 鍋しじみ（MCT） 春雨ﾅﾗﾀﾞ⑤	低たんぱく御飯 180 回鍋肉 P 大根とﾌﾞﾅのﾅﾂｸﾞ 春巻（50）	低たんぱく御飯 180 料の香味ﾌﾞｰｽ（40）揚げ 大豆とひじきの煮物 小松菜のﾂﾂ和え	
夕	A定食		低たんぱく御飯 180 鶏肉のﾊﾝ粉焼P 付）ﾊｯｸｼｭｰｽ 長春ﾅﾗﾀﾞ いり豆腐 りんごのｺﾝﾎﾟｰﾄ	低たんぱく御飯 180 すきやき煮（冬・D） 南瓜いとこ煮 小松菜のﾂﾂ和え 漬し汁（ﾌｳﾅﾞ・ﾙﾊﾞﾝ）	低たんぱく御飯 180 鶏肉の竜田揚げ（40） ぜんまいの炒め煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾅﾑﾙ 粉焼ﾎﾞｰﾘｰ	低たんぱく御飯 180 ﾊﾝ ﾎの梅焼き（40） 旨め煮（大根・人参） 南瓜ﾅﾗﾀﾞ	低たんぱく御飯 180 ﾌｧｽ（白身）ﾚﾓﾝﾊﾞﾂ焼 ｷﾂﾂ 杏仁豆腐	低たんぱく御飯 180 ﾐｰﾄﾞﾛｰﾌﾞ（1/2MCT） ﾊﾞﾂﾂﾂ（ﾏﾖ） ﾌﾙｰﾂﾐ（黄桃）	
朝	A定食		無塩ハン90g・ｲﾂﾅ ｽｰﾌﾟ ﾋﾞｽﾂ P フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ﾊﾀｰ ｲﾝﾂｰと野菜の炒め物 フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ｲﾂﾅ ｸﾅとｷﾔﾊﾞのｽｰﾌﾟ フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ﾌｧｽ ﾂｼﾑ ﾋｰﾝｽﾞｽｰﾌﾟ（P） フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ﾊﾀｰ ｼﾞｶﾞ 芋のﾄﾂﾂ煮（P） フルーツ缶 ｼｮｱ（ﾌﾞﾚｰﾝ）	無塩ハン90g・ｲﾂﾅ 野菜 ﾂﾂｰ K フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	
昼	A定食		肉うどんP90 鶏かけつゆ（温） 付）一味唐辛子 竹輪とｷﾔﾊﾞの金平 煮豆（金時豆）	低たんぱく御飯 180 黒むつの野菜あんP 南瓜の煮物 白菜のﾌﾞﾂ和え	低たんぱく御飯 180 ｶﾝﾄﾞﾘｰﾂﾂ（P） さつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰﾂﾂ（ﾎﾞｰｽ）	低たんぱく御飯 180 鰻の田楽焼き 金平ごぼろ 春雨ﾅﾂｸﾞ（ｷﾔﾊﾞ）	低たんぱく御飯 180 豚肉の生姜炒めP ごま和え（ｲﾝﾅﾝ） 白菜 ﾂﾂｰ	けんちんうどんP90 けんちんつゆ F減 煮豆（金時豆） 甘酢和え（黒・菜） 粉焼ﾎﾞｰﾘｰ	
夕	A定食		低たんぱく御飯 180 赤魚の西京焼き（40） 牛蒡のしぐれ煮 みたら団子	低たんぱく御飯 180 のし鶏 野菜の甘辛炒め（D） ﾌﾙｰﾂ缶 ﾌﾙｰﾂ缶	低たんぱく御飯 180 鰻の塩焼き（40） 付）ﾊｯｸﾞ醬油 ぜんまいの炒め煮MCT あんみつ	低たんぱく御飯 180 豚肉の甘辛焼き（P） ﾋｰﾅｯｸ和え（小松菜） 葛切り団子黒蜜かけ	低たんぱく御飯 180 栗原はるみさん監修の 煮込みﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ﾅｲﾖ ﾛﾅﾗﾀﾞ 蒸しﾊﾝ（黒糖）	低たんぱく御飯 180 ﾊﾝ ﾎの和風ﾌﾞｰｽ（40）揚 野菜の甘みそ炒め 長春とﾌﾞﾗの梅和え ﾁｮｺﾌﾞﾘﾝ	低たんぱく御飯 180 鶏肉の照り焼き（D） 春雨の金平煮 白菜の酢の物
朝	A定食		無塩ハン90g・ﾊﾀｰ 卵ﾂｸﾞ（5） フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ﾌｧｽ ﾂｼﾑ 鶏肉のｸﾘｰﾑ煮 フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ｲﾂﾅ ﾂﾅﾅﾗﾀﾞ（五）ﾂ フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ﾌｧｽ ﾂｼﾑ 豚しゃぶﾂｸﾞ（P） フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ﾊﾀｰ ｷﾔﾊﾞﾞ ﾂﾂｰ 粉焼 ｼｮｱ（ﾌﾞﾚｰﾝ）	無塩ハン90g・ｲﾂﾅ ﾏｲｽﾄｰｰ（P） フルーツ缶 牛乳	無塩ハン90g・ﾊﾀｰ ﾊﾑ野菜 ﾂﾂｰ フルーツ缶 牛乳
昼	A定食		低たんぱく御飯 180 ホキの味噌焼き（40） 黒芋の煮物 わさび和え（ｺﾏﾂｼﾞﾝ）	低たんぱく御飯 180 八宝菜D 揚げ焼売② 彩りなます	低たんぱく御飯 180 ﾋﾞﾋﾞﾝﾊﾞﾄﾞ（皿盛） 牛蒡の金平 ﾌﾙｰﾂｸｳﾂﾅﾙ白玉	低たんぱく御飯 180 ﾁｷﾝﾋﾞ ｶﾌ50皮付（ｶｰ 花野菜ﾅﾗﾀﾞ ﾖｰｸ ﾏｲｽﾄｰｰﾌﾞｰ添え	低たんぱく御飯 180 ﾌﾘの照り焼き（60） さつまいもの甘辛煮 お浸し（ｺﾏﾂｼﾞﾝ）	低たんぱく御飯 180 Kｼﾅﾁｭｰﾌﾞ（ｶｰ風味） ごま和え（ｲﾝﾅﾝ） ｷﾂﾂ（ﾂ）	ｶﾞ ﾂｸﾞ ﾏｲｽﾄｰｰｽ低蛋白 白菜と小柱のﾌﾞｰ ｺｰﾝﾅﾗﾀﾞ（冬）
夕	A定食		低たんぱく御飯 180 酢どり（60） 野菜の中巻和え 胡麻団子（2個） 中華ｽｰﾌﾟ（ﾌｳﾅﾞ・ねぎ）	低たんぱく御飯 180 牛丼風煮P 小松菜の和え物 ﾌﾙｰﾂﾐ（みかん）	低たんぱく御飯 180 ﾁｷﾝｶﾂ（P） 付）ﾊｯｸｼｭｰｽ 茹ですき煮和え ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのあんかけ	低たんぱく御飯 180 ｱｶｳｵの唐揚げ（60） 付）ﾊｯｸﾞ醬油 黒芋の煮物 甘酢和え（黒・菜）	低たんぱく御飯 180 鶏肉のﾏｽﾄﾞ 焼き（60） ﾌﾞ ﾛﾅｯｸﾞｰ 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ	低たんぱく御飯 180 天ぷらP 天つゆ 炒り豆腐（P） なす酢味噌和え	低たんぱく御飯 180 鰻の照り煮（40） 甘酢和え（ｷﾔﾊﾞﾞ・ﾌｳﾅﾞ） 手作りゼリー（ｲﾝﾂ）
朝	A定食		無塩ハン90g・ﾊﾀｰ ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮（ｷﾂ）D フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ｲﾂﾅ 南瓜と焼き肉のｽｰﾌﾟ 煮 フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ﾊﾀｰ ﾊﾑのﾅﾗﾀﾞ⑤ フルーツ缶 ｼｮｱ（ﾌﾞﾚｰﾝ）	無塩ハン90g・ｲﾂﾅ 鶏肉と野菜のｺﾝｼﾞﾏ煮 フルーツ缶 ｼｮｱ（ﾌﾞﾚｰﾝ）	無塩ハン90g・ﾌｧｽ ﾂｼﾑ ｽｸﾗﾝﾌﾟ ﾏｲｸﾞ（半量） フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ｲﾂﾅ ﾎｰｸﾞ ﾋｰﾝｽﾞ（D） フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ﾊﾀｰ 白菜と小柱のｽｰﾌﾟ（D） フルーツ缶 粉焼 もつともつとｶｷｸﾙﾙ
昼	A定食		低たんぱく御飯 180 ﾌｧｽのｸﾙﾙﾌﾞｰｽ 付）ｸﾙﾙﾌﾞｰｽ ごぼろとｺﾝｼﾞﾏの煮物 白菜のﾌﾞﾂ和え	低たんぱく御飯 180 ｷｰ ﾂｼﾞﾝ ｴｰ（P） じゃが芋の煮物（揚げ） 唐野菜のお浸し 粉焼ﾎﾞｰﾘｰ	低たんぱく御飯 180 牛焼肉（P） ひじきの煮物 減塩 さつま芋ﾂｸﾞ	五目ﾌﾞﾝﾂ焼ﾌﾞｰｽ P90 揚げ焼売③ かぶのﾅﾑﾙ	低たんぱく御飯 180 鰻の梅風味照焼き 40 青菜とﾌﾞﾗの炒めもの ごぼろの胡麻和え	低たんぱく御飯 180 ﾅﾝｼﾞｮｵ ﾛｰｰｽD 春巻（50） ｷﾔﾊﾞﾞのごま酢和え	低たんぱく御飯 180 ﾁｷﾝ ﾂﾂｰD ﾂﾅﾅﾗﾀﾞ（冬） ｺﾝｼﾞﾏﾌﾞ（ｶｰ ﾂ）
夕	A定食		低たんぱく御飯 180 ﾐｰﾄﾞﾛｰﾌﾞ（1/2MCT） ナスの炒め物（P） 小松菜と卵の和え物 ﾌﾙｰﾂ缶	低たんぱく御飯 180 親子煮（P） 甘酢和え（黒・菜） 手作りゼリー（ﾌﾞﾚｰﾝ）	低たんぱく御飯 180 ホキの磯辺揚げ40 付）ﾊｯｸﾞ醬油 金平ごぼろ 葛切り団子黒蜜かけ	低たんぱく御飯 180 ﾋｰﾌﾞ ﾂｼﾞｭｰﾌﾞ ﾌﾞ ﾛﾅｯｸﾞｰ ﾌﾙｰﾂ缶（P）	行事食献立 お楽しみに！	低たんぱく御飯 180 赤魚の西京焼き（60） 大根の炒め物 ﾎﾂﾂ ﾅﾗﾀﾞ（㊦）⑤ りんごのｺﾝﾎﾟｰﾄ	低たんぱく御飯 180 蟹玉（P） 春雨ﾅﾂｸﾞ H（ﾏｼﾞ） 杏仁豆腐
朝	A定食		無塩ハン90g・ﾊﾀｰ ｶﾌﾞﾂﾏｰとﾋﾅのﾌﾞｰ フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ｲﾂﾅ ｽｰﾌﾟ煮（P） フルーツ缶 もつともつとｶｷｸﾙﾙ	無塩ハン90g・ﾌｧｽ ﾂｼﾑ ｸﾅとｷﾔﾊﾞのｽｰﾌﾟ フルーツ缶 牛乳	無塩ハン90g・ﾊﾀｰ 南瓜のｽｰﾌﾟ煮（D） フルーツ缶 ｼｮｱ（ﾌﾞﾚｰﾝ）			
昼	A定食		低たんぱく御飯 180 鰻の甘酢あん（40） 茄子の生姜炒め ロールケーキ（抹茶）	低たんぱく御飯 180 鶏肉の味噌焼（P） 青菜の炒め（P） 白菜のﾌﾞﾂ和え（㊦）	低たんぱく御飯 180 黒ﾌﾞのﾄﾏﾄｽｰｽかけ（40） じゃがいもの旨め煮 ﾋｰ ﾅｯｸ和え（ｲﾝﾅﾝ）	低たんぱく御飯 180 松風焼き（P） 煮浸し（白菜・ｺﾝｼﾞﾝ） ㊦ ﾏｲｽﾄｰｰ和え（ﾌﾞｰ ﾂ） 粉焼ﾎﾞｰﾘｰ			
夕	A定食		低たんぱく御飯 180 ｺﾛｯｸ 付）ﾊｯｸﾞ ﾂｰｽ 付）ﾏﾖ ﾆｰｽ ﾎﾞｯｸ ｶﾌﾞﾂﾂ（大根MCT） ﾌﾙｰﾂ缶	低たんぱく御飯 180 ｼﾙﾊﾞｰのﾚﾓﾝ焼き（60） 春雨のさつと煮T あんみつ 味噌汁（ﾌｳﾅﾞ・ﾀﾏﾈｷ）	低たんぱく御飯 180 黒豆の磯辺揚げ40 付）ﾊｯｸﾞ醬油 りんごのｺﾝｼﾞﾏﾄ（P） 中華ｽｰﾌﾟ（卵）	天ぷらうどん（P） めんつゆ（温）減塩 野菜の味噌煮 ひとくち桃まん			

* 献立は都合により変更させていただく場合がございます。