献　立　表

糖尿病食1600kcal

			6/1	6/2	6/3	6/4	6/5	6/6
朝	A定食		ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾑ1・ 野菜の炒め物(小柱) 果物(キウイ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ60g・ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ミネストローネ(ﾁｷﾝ) 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾑ1・ ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙﾄﾞｴｯｸﾞ 果物(ﾒﾛﾝ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	★ﾊﾟﾝ60g・ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ｽﾊﾟﾆｯｼｭｵﾑﾚﾂ 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(オレンジ)D 牛乳	ﾊﾟﾝ60g・ﾏｰﾋﾞｰ・あんず ｶﾘﾌﾗﾜｰとﾄﾏﾄのｿﾃｰ 果物(パイン) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾑ1・ 小柱のクリーム煮 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）
	B定食		ご飯　150g 鶏肉の治部煮(D) なす醤味噌和え 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　150g 鯵の塩焼き(40) ｷｬﾍﾞﾂのお浸し 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳	ご飯　150g 鶏つくね野菜煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ご飯　150g ほっけの塩焼き 70 お浸し（ｵｸﾗ） 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　150g 肉みそ豆腐 いんげんのナムル 果物(パイン) 牛乳	ご飯　150g 鶏肉のおろし煮 とろろ芋 付）バック醤油 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）
昼	A定食		彩り野菜のｷｬﾍﾞﾂ麺 サラダうどんつゆ エビ焼売② 煮豆(金時豆)	ご飯　200g シチューD(カレー風味 野菜のマリネ 果物(キウイ)	ご飯　200g ブリの照り焼き(80) 切干大根煮(薄摩揚げ) ゆかり和え（ｷｬﾍﾞﾂ）	ご飯　200g 鯵の照り焼き(皮ﾅｼ60) 錦しぎ 春雨サラダ	ご飯　200g 回鍋肉 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 焼売②	ご飯　200g ﾁｷﾝの香味ｿｰｽ（焼） 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え
	B定食		ご飯　200g メバルの甘酢あんかけ エビ焼売② 煮豆(金時豆)	ご飯　200g 赤魚の照り煮(60) 野菜のマリネ 果物(キウイ)	ご飯　200g 豚肉と厚揚げ炒め(D) 切干大根煮(薄摩揚げ) ゆかり和え（ｷｬﾍﾞﾂ）	ご飯　200g 鯵の照り焼き 付）大根おろし 錦しぎ 春雨サラダ	たらこﾏﾘｰﾈｽﾊﾟｽﾀﾃｨ-80 クリームソース 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 焼売②	ご飯　200g 鶏肉の照り焼き 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え
夕	A定食		ご飯　200g 鶏肉のパン粉焼(60) 付）バックソース ビーンズサラダ いり豆腐 果物（りんご）	ご飯　150g 肉豆腐 南瓜の甘辛煮 小松菜の土佐和え 漬し汁（ﾏﾘﾈﾄﾞ・ﾊﾟｰﾚ）	ご飯　200g 鯵の生姜焼き ぜんまいの炒め煮 ｱﾛｰｽﾃｨｰのナムル 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位)	ご飯　150g メバルの南蛮焼き 五目豆 南瓜サラダ 果物（りんご）	ご飯　200g ﾒﾙﾙｰｻ(白身)ﾚﾓﾝﾊﾞﾀｰ焼 ﾀﾙﾀｰｿｰｽ（ﾊﾟｰｽﾝ入り） 果物(オレンジ)D 味噌汁（ﾄｽ・ﾅﾒﾀ）	ご飯　150g ミートローフ ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｻﾗﾀﾞ（マヨ） 果物（りんご） 味噌汁（ﾐｿｼﾙ・豆麩）

			6/7	6/8	6/9	6/10	6/11	6/12	6/13
朝	A定食		★ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ﾄｰｽﾄ 仕立て 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟ60g・ﾊﾑ1・ ﾀｲﾝナーと野菜の炒め物 果物(オレンジ)D 牛乳	★ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ｱｶとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰ・あんず ポークビーンズ 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳	★ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ 鶏肉のﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮 果物(オレンジ)D ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ﾊﾟ60g・ﾊﾑ1・ 鼻ごも り卵 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟ60g・ﾊﾑ1・ 夏野菜ｿﾃｰ 果物(キウイ) 牛乳
	B定食		ご飯　150g 五目あんかけ豆腐 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　150g 高野豆腐の味噌煮 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　150g 鮭の塩焼き きつま芋とろろ煮 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　150g ほっけの塩焼き 70 いんげんのナムル風 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳	ご飯　150g 豆腐の卵とじ 果物(オレンジ)D ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ご飯　150g 焼き豆腐の煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　150g 鮭の塩焼き ｻﾜﾗの和え物(ﾓﾔｼ・ｶｲｹﾙ) 果物(キウイ) 牛乳
昼	A定食		きつねうどん(200) めんつゆ(冷) 付）一味唐辛子 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)	ご飯　150g ｸﾛｶﾂﾀﾞのみ関ﾄﾏﾄｿｰｽ60 じゃが芋の煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え	ご飯　150g タンドリーチキン きつま芋とりんご煮D ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ（ﾁｰｽﾞ）	ご飯　200g 鯵の田楽焼き 金平ごぼう 春雨ｻﾗﾀﾞ（ｶﾚｲﾙ）	冷やし中華 冷やし中華つゆ ごぼうサラダ エビ焼売②	ご飯　200g 豚肉の生姜炒め ご正和え（ﾊﾝｹﾞﾝ） 白菜とﾍﾞｰｺﾝのｿﾃｰ	ご飯　150g ﾂｲのﾄﾏﾄｿｰｽ(80) ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ レタスサラダ(ﾊﾑ)
	B定食		ご飯　200g 鮭の香草焼き(60) 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)	ご飯　150g 豚肉と木くらげ卵炒め 南瓜の煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え	ご飯　150g 友神豆腐 きつま芋とりんご煮D ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ（ﾁｰｽﾞ）	ご飯　200g 鶏肉の磯辺焼き ごぼうサラダ 春雨ｻﾗﾀﾞ（ｶﾚｲﾙ）	ご飯　150g 鰤の味噌ﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き ごぼうサラダ エビ焼売②	ご飯　200g 鮭のムニエル ご正和え（ﾊﾝｹﾞﾝ） 白菜とﾍﾞｰｺﾝのｿﾃｰ	ご飯　150g 豚肉のﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 付）ﾀﾙﾀﾙｿｰｽ ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ レタスサラダ(ﾊﾑ)
夕	A定食		ゴーヤ御飯(200) 赤魚の西京焼き 牛蒡のしぐれ煮 ご正和え（ﾊﾝｹﾞﾝ） 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位)	ご飯　200g のし麩 切干大根煮(薄摩揚げ) 果物（りんご） 漬し汁（ﾀﾏﾈｷﾞ・ﾂｸﾈｲﾓ）	鮫の塩焼き(60) 付）大根おろし 付）バック醤油 ぜんまいの炒め煮 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g 豚肉の甘辛焼き(80) ﾋﾞｰﾅｯﾂ和え（小松菜） 果物（りんご） 味噌汁（ﾅﾒﾀ・ﾄﾌ）	ご飯　200g ｽﾊﾟﾙの和風ｿｰｽD 野菜の甘みそ炒め 長芋とオクラの梅和え 果物（りんご）	行事食献立 お楽しみだ！	ご飯　200g 鶏肉の照り焼き(D) 大豆とひじきの煮物 D 白菜の酢の物 果物(ﾒﾛﾝ)

			6/14	6/15	6/16	6/17	6/18	6/19	6/20
朝	A定食		★ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ 卵サラダ 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟ60g・ﾊﾑ1・ 鶏肉のクリーム煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	★ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ハムエッグ 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(オレンジ)D 牛乳	ﾊﾟ60g・ﾊﾑ1・ 豚しゃぶｻﾗﾀﾞ ﾉﾝｵｲﾙﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ減塩ｺﾞﾏ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟ60g・ﾊﾑ1・ 豚肉と野菜のｿﾃｰ 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	★ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ﾐﾈｽﾄﾛｰﾈ(ﾍﾞｰｺﾝ) 果物(パイン) 牛乳	ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰ・あんず ハム野菜ｿﾃｰ 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳
	B定食		ご飯　150g 土佐納豆 大根のきんぴら 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳	ご飯　150g メバルの煮付け ご正和え（ﾊﾝｹﾞﾝ） 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　150g 揚げみれの煮物 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　150g 焼き豆腐の煮物 長芋の和え物 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　150g 炒り卵 和え物(白菜・胡瓜) 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ご飯　150g 五目野菜煮 果物(パイン) 牛乳	ご飯　150g 和風炒め(ﾋﾛﾀｹ) 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳
昼	A定食		ご飯　150g ホキの味噌焼き 星羊の煮物 わさび和え(ﾖｺﾜｻﾝﾘﾝﾄﾞ) ふりかけ（Caﾌｧ）	ご飯　200g 八宝ｶﾚｰ(200) 焼売③ 彩りなます	ヒビンハ丼(200) 竹輪と牛蒡の金平 果物(ﾒﾛﾝ)	カレーピラフ(200) ブリの照り焼き(80) 切干大根煮 お浸し（ｺﾏﾂﾅ・ｼﾒｼﾞ）	ご飯　200g ブリの照り焼き(80) 切干大根煮 お浸し（ｺﾏﾂﾅ・ｼﾒｼﾞ）	ご飯　150g ﾁﾝｼﾞｬｵﾛｰｽ(ｶﾚｰ風味) ご正和え（ﾊﾝｹﾞﾝ） 果物(オレンジ)D	築原ほるみさん監修の ﾋﾞﾀﾐﾝﾚｰｽﾝ(80) ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ 白菜と小柱のｿﾃｰ
	B定食		ｱｶﾑﾂｶﾚｲ ﾃｨ(80) 星羊の煮物 わさび和え(ﾖｺﾜｻﾝﾘﾝﾄﾞ) ふりかけ（Caﾌｧ）	とろろ昆うどん(160) めんつゆ(冷) 焼売② 彩りなます	ご飯　200g 鮭のﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き風 竹輪と牛蒡の金平 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g ﾂｲの香草ﾊﾝ粉焼 花野菜サラダ 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g 牛肉ﾋﾞﾈｰﾚ煮込D 切干大根煮 お浸し（ｺﾏﾂﾅ・ｼﾒｼﾞ）	ご飯　150g 鮭のﾚﾓﾝ焼き ご正和え（ﾊﾝｹﾞﾝ） 果物(オレンジ)D	ご飯　200g ｸﾛｶﾂﾀﾞのおろし煮 ｺｰﾝｻﾗﾀﾞ 白菜と小柱のｿﾃｰ
夕	A定食		ご飯　200g 餅振 野菜の中華和え 果物（りんご） 中華ｽｰﾌﾟ（ﾜｶﾒ・ねぎ）	牛丼（200） 小松菜の和え物 果物(オレンジ)D 味噌汁（ｷｬﾍﾞﾂ・豆腐）	ご飯　200g ﾁｷﾝのﾊﾞ粉焼 付）バックソース 茹なす生姜和え ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのエビあん	ご飯　200g アカウオの塩焼(80) 付）大根おろし 付）バック醤油 切り昆布の煮付け ポン酢和え(ｷｭｳﾘ､ﾄﾏﾄ) 麩ｽｰﾌﾟ	ご飯　200g 鶏肉のマスタード焼き ﾌﾞﾛｯｺﾘｰﾌﾞｰﾚ・ﾍﾞｰｺﾝ) 果物（りんご） 中華ｽｰﾌﾟ	ご飯　200g ﾒﾙﾙｰの磯辺焼き ご正和え（ﾊﾝｹﾞﾝ） 果物(オレンジ)D	鶏しそご飯(200) 鯵の照り焼 切昆和え（ｷｬﾍﾞﾂ・ﾜｶﾒ） 果物（りんご）

			6/21	6/22	6/23	6/24	6/25	6/26	6/27
朝	A定食		ﾊﾟ60g・ﾊﾑ1・ ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ 煮（ﾁｷﾝ 果物(オレンジ)D 牛乳	★ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ｼﾞｬｶｲﾓとﾍﾞｰｺﾝのｽｰﾌﾟ 煮 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟ60g・ﾊﾑ1・ ハムのサラダ 果物(ﾒﾛﾝ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰ・あんず ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙﾄﾞｴｯｸﾞ 果物(キウイ) 牛乳	白菜と小柱のｽｰﾌﾟ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	★ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ポークビーンズ 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳
	B定食		ご飯　150g がんもと野菜の煮物 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　150g 土佐納豆 大根とちくわの煮物 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳	ご飯　150g ほっけの塩焼き50 ﾋｼｵの中華風和え 果物(ﾒﾛﾝ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ご飯　150g 筑前煮 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　150g ｲｶﾘﾝみれの煮物(D) 凍豆三種 果物(オレンジ)D ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ご飯　150g メバルの煮付け 湯葉三種（ﾕﾏﾅ・ﾆｼﾞﾝ） 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　150g 高野豆腐と里芋の煮物 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳
昼	A定食		ご飯　200g ﾒﾙﾙｰ丼のムニエル(60) ごぼうとｺﾝﾆｬｸの煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え ふりかけ（Caﾌｧ）	ご飯　150g ﾎﾟｰｸｼｭｰﾏｲ 南瓜の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯　150g 牛焼肉（D） 大豆とひじきの煮物 きつま芋ｻﾗﾀﾞ	ご飯　200g 鯵の梅風味照焼き(100 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	ｼｰﾏｰﾒﾝ麺(160) 焼売③ かぶのナムル	チキンライス(200) ナゲサラダ（青じそ） ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（ﾀﾏﾈｷﾞ）	ご飯　200g チンジャオロース 中華風炒り豆腐 ｷｬﾍﾞﾂのご酢和え ふりかけ（Caﾌｧ）
	B定食		ご飯　200g 鶏肉の香味ｿｰｽ(D)(60) ごぼうとｺﾝﾆｬｸの煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え ふりかけ（Caﾌｧ）	ご飯　150g 鯖のチーズ焼き(60) じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯　150g メバルの味噌焼き 大豆とひじきの煮物 きつま芋ｻﾗﾀﾞ	ご飯　200g 豚肉のﾋﾞﾀﾙｿｰｽ 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	ご飯　200g 鮭の香草焼き(60) 焼売③ かぶのナムル	ご飯　200g ﾒﾙﾙｰｻ(白身)ｶﾚｰ風味焼 ツナナサラダ（青じそ） ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（ﾀﾏﾈｷﾞ）	ご飯　150g ﾌﾘｶｹﾞ（ﾌﾘｶｹﾞ） つゆ（ﾌﾘｶｹﾞ） 中華風炒り豆腐 ｷｬﾍﾞﾂのご酢和え
夕	A定食		ご飯　200g ミートローフ ナスの炒め物 小松菜と卵の和え物 果物(キウイ)	ご飯　200g 親子煮(D) 餅の物（ﾎｳﾚﾝｿｳ） 果物（りんご） 味噌汁（豆腐・ねぎ）	ご飯　200g ホキの野菜あんかけ 金平ごぼう 果物(キウイ) 味噌汁（ﾜｶﾒ・ﾀﾏﾈｷﾞ）	ご飯　200g 豆腐のﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 切干大根の生姜炒め 野味噌和えｽﾃｨｯｸ 果物(オレンジ)D	ご飯　150g ビーフシチュー 揚含せｻﾗﾀﾞ（ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ） 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位)	ご飯　200g 餡玉 春雨ｻﾗﾀﾞ（ﾑﾗｻｷ） 果物(キウイ)	ご飯　150g 金魚の酒蒸焼き 揚出とｻﾄｲﾓの炒め物 ﾎｳﾚﾝｿｳとﾌﾉﾘの 果物（りんご）

			6/28	6/29	6/30				
朝	A定食		ﾊﾟ60g・ﾊﾑ1・ ｶﾘﾌﾗﾜｰとﾄﾏﾄﾞのｿﾃｰ 果物(キウイ) 牛乳	★ﾊﾟ60g・ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ｽｰﾌﾟ煮（ﾄﾘ） 果物(オレンジ)D 牛乳	ﾊﾟ60g・ﾏﾖﾈｰ・あんず ﾂﾅｻﾗﾀﾞ(ｽﾍﾟｲﾝﾌｳ) ﾄｰｽﾄﾝｸﾞｻﾗﾀﾞ(ﾊﾟｾﾘ､Pc 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) 牛乳				
	B定食		ご飯　150g 卵焼(手作り) 鮭の煮付 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　150g 鮭の塩焼き 50 大根とちくわの煮物 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　150g 和風ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 金平ごぼう 果物(ﾒﾛﾝ) 味噌汁（ﾜｶﾒ・ﾀﾏﾈｷﾞ）				
昼	A定食		ご飯　200g 鯵の南蛮漬け(焼-80) 茹子の生姜炒め 海藻サラダ（ﾄﾘﾄ）	ご飯　200g 鶏肉の味噌焼き 茹揚げと青菜の煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え	ご飯　150g ﾂｲのﾄﾏﾄｿｰｽかけ じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾞｰﾅｯﾂ和え（ｲﾝｹﾞﾝ）				
	B定食		ご飯　200g 鶏肉の照り焼き(50 茹子の生姜炒め 海藻サラダ（ﾄﾘﾄ）	ご飯　200g ｶﾂの香草ﾊﾝ粉焼 付）減塩ﾊﾟｯｸｿｰｽ　5g 揚揚げと青菜の煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え	ご飯　150g チキンソテー じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾞｰﾅｯﾂ和え（ｲﾝｹﾞﾝ）				
夕	A定食		ご飯　200g コロッケD（焼 付）バックソース ｶﾘﾌﾗﾜｻﾗﾀﾞ（ﾋﾞｰﾝｽﾞ） 果物(ﾊﾟﾅ0.5単位) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（ｺﾏﾂﾅ・ﾆﾝｼﾞﾝ）	ご飯　200g シルバーのレモン焼き(60 大豆とひじきの煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 味噌汁（ﾜｶﾒ・ﾀﾏﾈｷﾞ）	ご飯　200g 麻婆豆腐　(D) ﾌﾞﾛｯｺﾘｰﾌﾞｰﾚ・ﾍﾞｰｺﾝ) ちやレチムル 果物（りんご）				

＊　献立は都合により変更する場合があります。