

2024年12月★普通食献立表

※粥食や治療食については患者様ごとにメニューが異なることをご了承ください。

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
朝	米飯 味噌汁(厚揚げ・貝割れ) オムレツ 茄子のお浸し 牛乳	米飯 味噌汁(ふき) 肉詰めいなり煮 ブロッコリーのゆずみそ和え 牛乳	米飯 味噌汁(青梗菜・はんぺん) 大豆とひじきの煮物 じゃこと大根おろしの和風和え 牛乳	米飯 味噌汁(冬瓜・ねぎ) がんもの煮物 小松菜の梅和え 牛乳	米飯 味噌汁(つみれ・人参) スクランブルエッグ 菜の花とささみの和え物 牛乳	米飯 味噌汁(里芋・大根菜) 納豆 チンゲン菜のなめ茸和え 牛乳	米飯 味噌汁(とうふ・うまい菜) ミートボール いんげんの甘辛炒め 牛乳
昼	米飯 味噌汁(もやし・葱) たらこのバター醤油焼き 冬瓜のそぼろあん 白菜の和え物 フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(しめじ・豆腐) 揚げなすの煮浸し 菜の花のからし和え フルーツ(オレンジ)	三色そば 高野豆腐の含め煮 杏仁風デザート	米飯 スープ(かにかま) 蒸し鶏ごまだれかけ 南瓜シューマイ 白菜とツナの和え物 フルーツ(りんご)	米飯 味噌汁(揚げ・葱) あじの照り焼き 大根のえびあんかけ 長芋とオクラの和え物 フルーツ(パイナップル)	米飯 中華スープ(白菜・コーン) 豚肉の生姜味噌焼き 南瓜のバター煮 しらすおろし和え レモンゼリー	米飯 豚汁 たらこの野菜あんかけ 菜の花とカニのゴマ油炒め かぶのさっぱり和え フルーツ(白桃缶)
夕	米飯 味噌汁(ほうれん草・牛蒡) 鶏肉のから揚げ カレービーフン オクラの浅漬け	米飯 味噌汁(玉葱・揚げ) たらこの香味焼き 大根の煮物 厚揚げと玉葱の酢味噌和え	米飯 味噌汁(若布・牛蒡) ポークカツレツ ブロッコリーのソテー 厚揚げのゆかり和え	米飯 味噌汁(もやし・えのき茸) さばの塩焼き 肉野菜炒め 春雨の中華和え	米飯 味噌汁(麩・きぬさや) 肉豆腐 スナップエンドウとあさり中華炒め もやしのゆず風味和え	米飯 味噌汁(さつま芋) 煮魚(赤魚) いかの塩麹炒め フレンチサラダ	米飯 味噌汁(若布・オクラ) 和風ハンバーグ つきこんにゃく和え 豆サラダ
栄養価	エネルギー 1697kcal 蛋白質 66.6g 脂質 39.6g 食塩 6.5g 炭水化物 283.7g 食物繊維 18.3g	エネルギー 1706kcal 蛋白質 68.5g 脂質 45g 食塩 6.8g 炭水化物 269.6g 食物繊維 19.5g	エネルギー 1708kcal 蛋白質 67.1g 脂質 45.1g 食塩 7.2g 炭水化物 267.8g 食物繊維 20.6g	エネルギー 1725kcal 蛋白質 71g 脂質 50.3g 食塩 6.8g 炭水化物 265.4g 食物繊維 16.4g	エネルギー 1720kcal 蛋白質 70.3g 脂質 44.9g 食塩 7.1g 炭水化物 273g 食物繊維 17.6g	エネルギー 1739kcal 蛋白質 67.7g 脂質 41.9g 食塩 6.2g 炭水化物 288.6g 食物繊維 20.5g	エネルギー 1742kcal 蛋白質 70.7g 脂質 38.1g 食塩 7g 炭水化物 289.5g 食物繊維 22.3g
	8	9	10	11	12	13	14
朝	米飯 味噌汁(とろろ昆布・貝割) 炒り豆腐 白菜の生姜和え 牛乳	米飯 味噌汁(ふき) あんかけ五目卵 オクラのカニカマ和え 牛乳	米飯 味噌汁(厚揚げ・なめこ) ゆずおろし肉団子 チンゲン菜のしらす和え 牛乳	米飯 味噌汁(玉葱・えのき) 野菜炒め 切干大根の煮物 牛乳	米飯 味噌汁(南瓜) 納豆 もやしの和風和え 牛乳	米飯 味噌汁(オクラ・かぶの葉) プレーンオムレツ いんげんのバター炒め 牛乳	米飯 味噌汁(大根・しめじ) はんぺんチーズ焼き 菜の花のからし和え 牛乳
昼	米飯 味噌汁(大根・大根菜) 梅しそ鶏天ぷら 卵とじ ほうれん草のナムル フルーツ(バナナ)	米飯 すまし汁(若布・人参) さばのみそ煮 ハムと白菜のカルパッチョ ポテトサラダ フルーツ(パイナップル)	米飯 味噌汁(高野豆腐・貝割) ご当地唐揚げ(北海道) エビシューマイ キャベツのしそ生姜風味 フルーツ(オレンジ)	塩ラーメン 焼餃子 フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁(菜の花・揚げ) たらこのポテトチーズ焼き ふきの炒り煮 イカとオクラの酢の物 フルーツ(バナナ)	シーフードピラフ コンソメスープ(キャベツ・コーン) ★牛肉と青梗菜のオイスター炒め カリフラワーのサラダ フルーツカクテル	米飯 かきたま汁 あじフライ 根菜のごまみそ炒め 春雨サラダ フルーツ(グレープフルーツ)
夕	米飯 すまし汁(青梗菜・揚げ) ほっけのみそつけ焼き キャベツとさつま揚げの炒り煮 春菊のごま和え	米飯 味噌汁(ごぼう・うまい菜) 焼き肉 豆腐のあんかけ ブロッコリーのドレ和え	米飯 味噌汁(つみれ・白葱) たらこの塩麹焼き 里芋のごま味噌煮 ほうれん草のお浸し	米飯 味噌汁(大根・大根菜) ぎせい豆腐 冬瓜とかにかまの煮物 ひじきのサラダ	米飯 味噌汁(とろろ昆布・葱) ポークソテー マカロネチャップ炒め 白菜しその実和え	米飯 清し汁(貝割・麩) さわらの味噌マヨ焼き 野菜のキムチ炒め かぶの甘酢和え	米飯 味噌汁(かぶ・畑菜) チキンピカタ ほうれん草のバターソテー イタリアンサラダ
栄養価	エネルギー 1705kcal 蛋白質 67.8g 脂質 45.5g 食塩 6.7g 炭水化物 45.5g 食物繊維 19.4g	エネルギー 1712kcal 蛋白質 70.6g 脂質 45.6g 食塩 6.7g 炭水化物 271.8g 食物繊維 18.4g	エネルギー 1704kcal 蛋白質 64.9g 脂質 44g 食塩 7g 炭水化物 273g 食物繊維 16.1g	エネルギー 1678kcal 蛋白質 62g 脂質 52g 食塩 6.8g 炭水化物 253g 食物繊維 17.5g	エネルギー 1710kcal 蛋白質 74g 脂質 38.9g 食塩 6.6g 炭水化物 280.5g 食物繊維 19.5g	エネルギー 1744kcal 蛋白質 69.4g 脂質 53.7g 食塩 7.1g 炭水化物 259.1g 食物繊維 15.9g	エネルギー 1700kcal 蛋白質 67.2g 脂質 41.8g 食塩 6.9g 炭水化物 282.7g 食物繊維 18g
	15	16	17	18	19	20	21
朝	米飯 味噌汁(厚揚げ・葱) 厚焼き卵 ちくわとインゲンのおかか和え 牛乳	米飯 味噌汁(牛蒡・しめじ) 高野豆腐の煮物 ほうれん草の磯辺和え 牛乳	米飯 味噌汁(冬瓜・麩) だし巻卵 菜の花のお浸し 牛乳	米飯 味噌汁(もやし) 納豆 小松菜とエビの生姜煮 牛乳	米飯 味噌汁(キャベツ・えのき茸) はんぺんバター焼き なすのおかか煮 牛乳	米飯 味噌汁(なめこ・貝割大根) お魚豆腐 ちくわの炒め煮 牛乳	米飯 味噌汁(玉葱・畑菜) うの花 もやしの中華和え 牛乳
昼	米飯 中華スープ(うまい菜・麩) 酢鶏 南瓜のガーリック煮 白菜のゆずみそ和え ビタミンゼリー	米飯 味噌汁(豆腐・絹さや) ☆銀だらの照り焼き モツと大根の味噌煮 長芋ポン酢 フルーツ(マンゴー缶)	★ビビンバ丼 味噌汁(なす) 春巻き キャベツのサラダ フルーツカクテル	米飯 味噌汁(揚げ・大根) お好み焼き風 スナックえんどうソテー 白菜のゴマ風味サラダ フルーツ(キウイ)	米飯 肉うどん さつま芋の甘煮 フルーツ(オレンジ(あいか))	米飯 清し汁(若布・うまい菜) ほっけの葱みそ焼き 南瓜のいとこ煮 ブロッコリーのドレ和え フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(南瓜) たらムニエル れんこんのおかか炒め イタリアンサラダ フルーツ(パイナップル)
夕	米飯 味噌汁(揚げ・若布) ほっけの塩焼き 挽き肉とビーフンの五目炒め 梅キャベツ	米飯 味噌汁(白菜・大根菜) 鶏肉の甘辛炒め ツナポテト 春菊のドレ和え	米飯 味噌汁(玉葱・椎茸) 赤魚の塩麹焼き がんもの煮物 オクラと蒸し鶏の辛子和え	米飯 味噌汁(豆腐・大根菜) 肉じゃが えびシューマイ ほうれん草のちくわ和え	米飯 味噌汁(とろろ昆布・かぶ葉) さばのおろし煮 フゲン菜オムレツ炒め ごぼうサラダ	米飯 味噌汁(さつま揚げ・葱) 豚肉の生姜焼き ふろふき大根 人参サラダ	米飯 味噌汁(ほうれん草) 豆腐のえびあんかけ 炒りつきこん パンブキサラダ
栄養価	エネルギー 1695kcal 蛋白質 67.2g 脂質 35.4g 食塩 6.9g 炭水化物 292.4g 食物繊維 18g	エネルギー 1702kcal 蛋白質 67.2g 脂質 43.9g 食塩 6.5g 炭水化物 276.1g 食物繊維 19.6g	エネルギー 1722kcal 蛋白質 69.3g 脂質 40.6g 食塩 7.3g 炭水化物 283.9g 食物繊維 21.4g	エネルギー 1760kcal 蛋白質 69.9g 脂質 44.1g 食塩 6.6g 炭水化物 286.4g 食物繊維 22.6g	エネルギー 1693kcal 蛋白質 65.6g 脂質 44.9g 食塩 6.6g 炭水化物 271g 食物繊維 17.7g	エネルギー 1717kcal 蛋白質 67.7g 脂質 32.4g 食塩 6.3g 炭水化物 303.3g 食物繊維 21.6g	エネルギー 1671kcal 蛋白質 61.8g 脂質 37.3g 食塩 7.2g 炭水化物 284.4g 食物繊維 19.5g
	22	23	24	25	26	27	28
朝	米飯 味噌汁(かぶ・葱) ひじきと帆立の煮物 青梗菜の菜種和え 牛乳	米飯 味噌汁(小松菜・えのき茸) 一口がんもの煮物 野菜炒め 牛乳	米飯 味噌汁(オクラ・とろろ昆布) スクランブルエッグ 白菜浸し 牛乳	米飯 味噌汁(玉葱・人参) つくね チンゲン菜なめ茸和え 牛乳	米飯 味噌汁(麩・春菊) 卵とじ キャベツの中華風ゴマ和え 牛乳	米飯 味噌汁(冬瓜・葱) 納豆 さといもの煮物 牛乳	米飯 味噌汁(大根・青梗菜) さば味噌煮 いんげんの炒め煮 牛乳
昼	米飯 コンソメスープ(はんぺん) ハンバーグトマトソースかけ ベーコンの野菜炒め ささみと小松菜のナムル レモンゼリー	五目にゆうめん コロッケ(2種) フルーツ(バナナ)	チキンライス コンソメスープ(かぶ) 星のハンバーグ ポテトサラダ ショコラケーキ	米飯 味噌汁(卵・畑菜) 赤魚の煮付け ツナと白菜のコンソメ炒め コールスローサラダ フルーツ(グレープフルーツ)	★ビーフカレー スープ(カリフラワー) 大根サラダ グレープゼリー	米飯 味噌汁(椎茸・揚げ) 金目鯛の生姜焼き 豆腐のかにあんかけ ブロッコリーレタスと和え フルーツ(オレンジ)	米飯 味噌汁(えのき茸・人参) チキンとポテトのマヨソテー えび入り中華炒め もやしのゆかり和え フルーツカクテル
夕	米飯 味噌汁(里芋・絹さや) あじ竜田揚げ なすのみそ炒め 大根のサラダ	米飯 味噌汁(牛蒡・うまい菜) 鶏肉のおろしポン酢 芋とひらたけのバター醤油 わかめサラダ	米飯 味噌汁(なす・絹さや) あじの照り焼き 春雨の五目炒め アスパラのピリ辛和え	米飯 味噌汁(しめじ・小松菜) 揚げ出し豆腐の甘酢あん 牛蒡のしぐれ煮 オクラの青じそ和え	米飯 味噌汁(はんぺん・大根菜) ほきのつけ焼き 揚げなすの炒り煮 いかとわかめの酢の物	米飯 中華スープ(コーン) 豚キムチ シューマイ 小松菜のしらす和え	米飯 味噌汁(凍豆腐・大根菜) たらフライ 菜の花と揚げの煮物 もずく酢
栄養価	エネルギー 1754kcal 蛋白質 61.5g 脂質 46g 食塩 7.4g 炭水化物 284.8g 食物繊維 18.7g	エネルギー 1718kcal 蛋白質 63g 脂質 45.1g 食塩 7.1g 炭水化物 274g 食物繊維 18.2g	エネルギー 1752kcal 蛋白質 62.2g 脂質 49.4g 食塩 6.9g 炭水化物 276.7g 食物繊維 16.6g	エネルギー 1692kcal 蛋白質 66g 脂質 40.3g 食塩 6.5g 炭水化物 282.2g 食物繊維 21.3g	エネルギー 1724kcal 蛋白質 70.9g 脂質 42.6g 食塩 6.9g 炭水化物 277.2g 食物繊維 15.4g	エネルギー 1728kcal 蛋白質 67.2g 脂質 46.2g 食塩 5.6g 炭水化物 274.7g 食物繊維 20g	エネルギー 1693kcal 蛋白質 66.1g 脂質 41.7g 食塩 6.4g 炭水化物 279.1g 食物繊維 18.9g
	29	30	31	<div style="text-align: center;">  <p>年末の病院給食について</p> <p>12月は冬の訪れを感じさせる季節ですが、病院に入院されている患者様は常に治療に専念されておられます。このため当院ではクリスマスや年越しにちなんだメニューで季節感を感じていただき、患者様に喜んでいただけるお食事を提供できるように努めております。</p> </div>			
朝	米飯 味噌汁(もやし・厚揚げ) つみれと冬瓜煮物 ほうれん草のおかか和え 牛乳	米飯 味噌汁(揚げ・大根菜) オムレツ チンゲン菜ソテー 牛乳	米飯 味噌汁(ワカメ・オクラ) さばの醤油煮 キャベツのソテー 牛乳				
昼	米飯 味噌汁(玉ねぎ・トウモロコシ) 麻婆豆腐 茄子の焼浸し 葱とあさりの酢みそかけ フルーツ(パイナップル)	米飯 味噌汁(菜の花・なると) ★牛肉の漬け焼き じゃが芋とベーコンの煮物 白菜昆布漬 フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(ふき・椎茸) 厚揚げの野菜あんかけ もやしとツナの中華炒め カリフラワーの和風和え フルーツ(キウイ)				
夕	米飯 味噌汁(とろろ昆布・麩) 豚肉の甘辛煮 ツナとブロッコリーのソテー 白菜のゆず風味和え	米飯 味噌汁(はんぺん・葱) ホキの和風ムニエル 野菜のガーリックソテー 大根サラダ	ふりかけおにぎり 年越しそば 肉みそ田楽 金平ごぼう フルーツ(みかん)				
栄養価	エネルギー 1697kcal 蛋白質 68.3g 脂質 39.3g 食塩 7.3g 炭水化物 279.9g 食物繊維 20.9g	エネルギー 1725kcal 蛋白質 72.2g 脂質 39.4g 食塩 6.7g 炭水化物 286g 食物繊維 17.3g	エネルギー 1707kcal 蛋白質 63.8g 脂質 45.5g 食塩 7.4g 炭水化物 271.3g 食物繊維 20.3g				