2025年5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。

４月から新ひだか町立病院の給食に
静内産ななつぼし「万馬券」を導入しました。

減農薬で使用する農薬が半分となっており、
環境に配慮されたお米です。

美味しさを決める「たんぱく」が低い

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
朝				米飯 味噌汁(揚げ・冬瓜) 納豆 ｷｬﾍﾞﾂと卵の炒め物 牛乳	米飯 味噌汁(とろろ昆布・畑菜) さけの塩焼き ｲﾝｹﾞﾝの炒め物 牛乳	米飯 味噌汁(大根・絹さや) スクランブルエッグ もやしのごまドレ和え 牛乳	米飯 味噌汁(小松菜・麩) はんぺんチーズ焼き オクラとカニカマの和え物 牛乳
昼				米飯 すまし汁(青梗菜・えのき茸) 赤魚の柚庵焼き ふきの金平 オクラの甘酢和え フルーツ(オレンジ)	親子丼 味噌汁(凍豆腐・葱) シュウマイ ブロッコリーとツナのサラダ カープゼリー	米飯 味噌汁(じゃが芋・菜の花) 白身魚のきのこあんかけ なすのポン酢かけ 春雨サラダ フルーツ(マンゴー)	米飯 かきたま汁 肉団子の酢豚風 大豆と昆布の煮物 キャベツのサラダ フルーツ(バナナ)
夕				米飯 味噌汁(豆腐・あさり) 豚肉のハニーマスタード焼き 玉葱とﾋﾟｰﾏﾝのケチャップ炒め ほうれん草磯かけ	米飯 味噌汁(白菜・つみれ) 揚げ豆腐の五目あん ポテトのｺﾝｿﾒ炒め 春菊のわさび醤油和え	米飯 コンソメスープ(ベーコン) チキンピカタ ﾎｳﾚﾝ草のバターソテー チーズサラダ	米飯 味噌汁(牛蒡・大根菜) あじの蒲焼風 白菜の煮浸し いんげんそぼろ和え
栄養価				ｴﾈﾙｷﾞｰ 1695kcal 食塩 6.6g たんぱく質 71g 炭水化物 270.4g 脂質 43.5g 食物繊維 24.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1736kcal 食塩 7.2g たんぱく質 76.1g 炭水化物 287.9g 脂質 37.3g 食物繊維 22g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1724kcal 食塩 6.9g たんぱく質 67.8g 炭水化物 274.5g 脂質 45.8g 食物繊維 19.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1714kcal 食塩 7g たんぱく質 67.3g 炭水化物 283.8g 脂質 39.5g 食物繊維 22.7g

	5	6	7	8	9	10	11
朝	米飯 味噌汁(玉葱・オクラ) 大根えびあんかけ もやしの中華和え 牛乳	米飯 味噌汁(卵・絹さや) ちくわとピーマンの炒め物 冷奴 牛乳	米飯 味噌汁(冬瓜・畑菜) 納豆 ｶﾘﾌﾗﾜｰのガーリックソテー 牛乳	米飯 味噌汁(はんぺん・青梗菜) さばの醤油煮 いんげんの炒め煮 牛乳	米飯 味噌汁(すりみ・なめこ) オムレツ オクラとちくわのわさび醤油 牛乳	米飯 味噌汁(ふき・椎茸) 高野豆腐の煮物 小松菜ののり和え 牛乳	米飯 味噌汁(もやし・つみれ) スクランブルエッグ キャベツの炒め煮 牛乳
昼	米飯 味噌汁(かぶ・葱) 白身魚フライ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾊﾑのｵｲｽﾀｰ炒め タマゴサラダ フルーツ(オレンジ)	米飯 味噌汁(芋・しろな) ハンバーグトマトソースかけ ベーコンの野菜炒め 春雨サラダ フルーツ(キウイ)	肉うどん かにシューマイ ビタミンゼリー	米飯 味噌汁(南瓜) かき揚げ 鶏肉と野菜の中華炒め 白菜の梅和え フルーツ(バナナ)	シーフードカレー コンソメスープ(キャベツ) ポテトサラダ フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁(牛蒡・人参) ほきの香味焼き なすのみそ炒め ｽﾅｯﾌﾟえんどうのサラダ フルーツ(マンゴー)	米飯 中華スープ(絹さや・かにかま) 青椒肉絲 ふろふき大根 菜の花生姜和え フルーツ(パイン)
夕	米飯 味噌汁(揚げ・しめじ) 肉じゃが ｲﾝｹﾞﾝのコンソメソテー 春菊のごま和え	米飯 味噌汁(とろろ昆布・高野豆腐) ますの竜田焼き チンゲン菜の煮浸し 人参のじゃこ和え	米飯 味噌汁(麩・葱) 厚揚げの卵とじ煮 ピリ辛海鮮炒め スナップエンドウのマヨ和え	米飯 味噌汁(なす・大根菜) 豚肉の生姜焼き ほうれん草のバター炒め 大根と若布の酢の物	米飯 味噌汁(白菜・揚げ) 赤魚のおろし煮 ハムと野菜のオイスター炒め カリフラワーのごま和え	米飯 味噌汁(とろろ昆布・葱) プルコギ風 ツナポテト 春菊とちくわのお浸し	米飯 味噌汁(麩・えのき茸) あじの塩麹焼き がんもの煮物 ごぼうサラダ
栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1705kcal 食塩 7g たんぱく質 60.2g 炭水化物 291.3g 脂質 40.6g 食物繊維 22.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1685kcal 食塩 7.1g たんぱく質 64.5g 炭水化物 284.2g 脂質 37.8g 食物繊維 20.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1735kcal 食塩 6.9g たんぱく質 65g 炭水化物 269.9g 脂質 48.6g 食物繊維 19.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1713kcal 食塩 6.8g たんぱく質 59.5g 炭水化物 289.8g 脂質 41.7g 食物繊維 22.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1691kcal 食塩 6.9g たんぱく質 62.1g 炭水化物 279.9g 脂質 41.9g 食物繊維 19.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1717kcal 食塩 7g たんぱく質 67.5g 炭水化物 280.6g 脂質 43.3g 食物繊維 23.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1707kcal 食塩 7.3g たんぱく質 65.8g 炭水化物 274g 脂質 45.6g 食物繊維 21.7g

	12	13	14	15	16	17	18
朝	米飯 味噌汁(小松菜・麩) ひじきと厚揚げの煮物 オクラのおかか和え 牛乳	米飯 味噌汁(とろろ昆布・つみれ) 納豆 白菜の炒め煮 牛乳	米飯 味噌汁(かぶ・揚げ) スクランブルエッグ 青梗菜のなめ茸和え 牛乳	米飯 味噌汁(玉ねぎ・椎茸) いなり煮 とろろ芋 牛乳	米飯 味噌汁(高野豆腐・葱) 五目たまご もやしのソテー 牛乳	米飯 味噌汁(卵・畑菜) はんぺんチーズ焼き いんげんごま和え 牛乳	米飯 味噌汁(厚揚げ・貝割れ) オムレツ 茄子のお浸し 牛乳
昼	五目チャーハン 中華スープ(はんぺん・葱) 豚と青梗菜のｵｲｽﾀｰ炒め ブロッコリーのフレンチドレ和え フルーツカクテル	米飯 味噌汁(うまい菜・えのき茸) ポークチャップ いんげんのソテー もやしとツナの和え物 フルーツ(オレンジ)	五目にゅうめん 南瓜のバター煮 フルーツ(バナナ)	えだ豆ごはん 若竹汁 チキンカツレツ 里芋の含め煮 小松菜のゆずドレ和え 沢庵 お茶プリン	米飯 味噌汁(しろな・白菜) ほっけ煮付け キャベツの炒め煮 マカロニサラダ フルーツ(マンゴー)	米飯 味噌汁(キャベツ・麩) 麻婆豆腐 帆立とﾌﾞﾛｯｺﾘｰのソテー 菜の花のかにかま和え フルーツ(パイン)	米飯 味噌汁(もやし・葱) たらのバター醤油焼き 冬瓜のそぼろあん 白菜の和え物 フルーツ(バナナ)
夕	米飯 味噌汁(牛蒡・人参) チキンのガーリックマヨパン粉焼 大根とあさりの煮物 煮豆	米飯 味噌汁(麩・キャベツ) さわらの幽庵焼き ビーフンのそぼろ炒め しろなの中華和え	米飯 味噌汁(豆腐・貝割れ) 回鍋肉 蒸しシューマイ オクラのごま酢和え	米飯 味噌汁(いんげん・人参) 赤魚の薬味だれ 春雨の炒り煮 もずく酢	米飯 味噌汁(揚げ・大根菜) 鶏肉のクリーム煮 ジャーマンポテト ほうれん草のお浸し	米飯 すまし汁(若布・えのき茸) ほきの味噌焼き こんにゃく炒り かぼちゃサラダ	米飯 味噌汁(ほうれん草・牛蒡) 蒸し鶏ごまだれかけ カレービーフン オクラの浅漬け
栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1692kcal 食塩 6.7g たんぱく質 59.5g 炭水化物 280.4g 脂質 43.5g 食物繊維 21.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1737kcal 食塩 6.9g たんぱく質 77.6g 炭水化物 277.7g 脂質 42.2g 食物繊維 22.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1708kcal 食塩 6.3g たんぱく質 55.9g 炭水化物 272.4g 脂質 48.7g 食物繊維 21g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1730kcal 食塩 7.1g たんぱく質 64.8g 炭水化物 295.3g 脂質 35.9g 食物繊維 19.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1721kcal 食塩 7g たんぱく質 64.9g 炭水化物 279.2g 脂質 44.5g 食物繊維 20.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1697kcal 食塩 7.1g たんぱく質 69.1g 炭水化物 274.3g 脂質 41.2g 食物繊維 21.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1659kcal 食塩 6.7g たんぱく質 68.9g 炭水化物 280.5g 脂質 35.9g 食物繊維 20.3g

	19	20	21	22	23	24	25
朝	米飯 味噌汁(ふき) 肉詰めいなり煮 ﾌﾞ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	米飯 味噌汁(とろろ昆布・貝割) 炒りどうふ 白菜の生姜和え 牛乳
昼	三色丼 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)	たぬきそば 高野豆腐の含め煮 杏仁風デザート	米飯 スープ(かにかま) ご当地から揚げ(北海道) 南瓜シューマイ 白菜とかまぼこの和え物 フルーツ(グレープフルーツ)	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(パイン)	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 たらの野菜あんかけ かぶとカニの中華煮 菜の花の和風和え フルーツ(白桃缶)	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)
夕	米飯 味噌汁(じゃが芋・揚げ) たらの香味焼き 大根の煮物 厚揚げと玉ねぎの酢味噌和え	米飯 味噌汁(えのき茸・牛蒡) ポークカツレツ ブロッコリーのソテー キャベツのゆかり和え	米飯 味噌汁(もやし・若布) 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 ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞ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 つきこん子和え 豆サラダ	米飯 すまし汁(青梗菜・揚げ) ほっけのみそつけ焼き ｷｬﾍﾞﾂとさつま揚げの炒り煮 春菊のごま和え
栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1680kcal 食塩 7g たんぱく質 67.6g 炭水化物 275.6g 脂質 40.6g 食物繊維 23.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1717kcal 食塩 7.1g たんぱく質 67.3g 炭水化物 269.8g 脂質 45.1g 食物繊維 21.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1726kcal 食塩 7.4g たんぱく質 62.9g 炭水化物 269.5g 脂質 50.9g 食物繊維 17.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1728kcal 食塩 7.3g たんぱく質 71.6g 炭水化物 275.9g 脂質 43.9g 食物繊維 19.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1742kcal 食塩 6.4g たんぱく質 67.7g 炭水化物 290.1g 脂質 41.9g 食物繊維 22.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1736kcal 食塩 7g たんぱく質 69.8g 炭水化物 289.8g 脂質 38.2g 食物繊維 23.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1712kcal 食塩 6.6g たんぱく質 67.7g 炭水化物 272.1g 脂質 45.5g 食物繊維 21.1g

	26	27	28	29	30	31	
朝	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) お魚豆腐の甘酢がらめ 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(じゃが芋・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 すまし汁(若布・人参) さばのみそ煮 ハムと白菜のｶﾚｰｿﾃｰ ポテトサラダ フルーツ（パイン）	米飯 味噌汁(高野豆腐・貝割) 鶏肉の塩麹焼き 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)	味噌ラーメン 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(ｷｬﾍﾞﾂ・ﾍﾞｰｺﾝ) 鶏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 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) 白身魚のから揚げ 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 ﾏｶﾛﾆｹﾁｬｯﾌﾟ炒め 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 大根の甘酢和え	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	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1750kcal 食塩 6.6g たんぱく質 69.4g 炭水化物 273.9g 脂質 49.5g 食物繊維 20.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1735kcal 食塩 6.7g たんぱく質 71.4g 炭水化物 276.1g 脂質 45.4g 食物繊維 18.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1687kcal 食塩 6g たんぱく質 63.7g 炭水化物 260.8g 脂質 48.9g 食物繊維 19.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1721kcal 食塩 6.6g たんぱく質 74.4g 炭水化物 283.8g 脂質 39g 食物繊維 22.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1713kcal 食塩 7g たんぱく質 66.5g 炭水化物 260.8g 脂質 50.7g 食物繊維 17.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1714kcal 食塩 6.1g たんぱく質 63.4g 炭水化物 286.6g 脂質 41.8g 食物繊維 22.8g	