

献立表

蛋白質コントロール食

		3/1	3/2	3/3	3/4	3/5	3/6	3/7	3/8
朝	A定食								無塩パン90g バター 野菜の炒め物 (小柱) フルーツ缶 もともっと加減
	昼	A定食							焼きうどん(P) エビ焼売③ 大根サラダ(ノンレシフ)
夕	A定食								低たんぱく御飯 180 鶏肉のパン粉焼 P⑤ 付) パックソース 長芋サラダ いり豆腐 りんごのコンポート
朝	A定食	無塩パン90g・仔コ ミネストローネ(D) フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g バター シーフードグラタン(D) フルーツ缶 ジョア (アレン)	無塩パン90g・仔コ スパニッシュオムレツ(D) 付) ケチャップ ハッ フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g・マニエール カリフラワーとエビのソテー(P) フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g バター クリーム煮(P) フルーツ缶 ジョア (アレン)	無塩パン90g・仔コ スープ 仕立て P フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g バター ウインナーと野菜の炒め物 フルーツ缶 もともっと加減	
	昼	A定食	低たんぱく御飯 180 シチューP(カレー風味 野菜のマリネ フルーツデザート(P)	低たんぱく御飯 180 ブリの照り焼き(40) 切干大根煮(薩摩揚げ) ゆかり和え (キャベツ)	低たんぱく御飯 180 鶏肉のトマト煮(60) 鍋しぎ(MCT) 春雨サラダ	低たんぱく御飯 180 回鍋肉 P 大根とツナのサラダ 春巻(50)	低たんぱく御飯 180 特の香味ソース(40)揚げ 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	肉うどんP90 めんつゆ(温) 付) 七味唐辛子 竹輪とキャベツの金平 煮豆(金時豆)	低たんぱく御飯 180 わかめの冷製トマトソース60 南瓜の煮物 白菜のソテー和え
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 肉豆腐(P) 南瓜いとこ煮 小松菜の土佐和え 清し汁(ワケギ・ルッコラ)	行事食献立 お楽しみに!	低たんぱく御飯 180 パールの梅焼き(40) 含め煮(大根・人参) 南瓜サラダ	低たんぱく御飯 180 パルメザン(自身)焼 ボロネーゼ 杏仁豆腐	低たんぱく御飯 180 ミートローフ(1/2) スパゲティソース(マヨ) フルーツ羹(黄桃)	低たんぱく御飯 180 赤魚の西京焼き(40) 牛蒡のしぐれ煮 みたらし団子	低たんぱく御飯 180 のし鶏 野菜の甘辛炒め(D) フルーツデザート	
朝	A定食	無塩パン90g・仔コ ガトキハツのスパ フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g・マニエール ビーンズスープ (P) フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g・仔コ 野菜ソテー(F) フルーツ缶 粉輪 もともっと加減	無塩パン90g バター ジャガイモのトマト煮(P) フルーツ缶 ジョア (アレン)	無塩パン90g・マニエール 野菜ソテー フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g・マニエール コーンスープ(P) フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g・マニエール 鶏肉のクリーム煮 フルーツ缶 もともっと加減	
	昼	A定食	低たんぱく御飯 180 パンドリチ(P) さつま芋とりんご煮 ブロッコリーサラダ(チーズ)	低たんぱく御飯 180 鯉の田楽焼き 金平ごぼう 春雨サラダ(カイト)	低たんぱく御飯 180 豚肉の生姜炒めP 菜の花ビリンダリ炒め サイコロサラダ	彩り野菜のツナパスタP サラダうどんつゆ(減 糖) 煮豆(金時豆) 揚げエビ焼売③	低たんぱく御飯 180 黒豆のトマトソース(40) ボロネーゼ レタスサラダ(ハム) 粉輪ゼリー	低たんぱく御飯 180 ホキの味噌焼き(60) 筍のあんかけ(P) わさび和え(マヨネーズ)	低たんぱく御飯 180 八宝菜D 揚げ焼売② 彩りなます
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 鯉の塩焼き(40) 付) 大根おろし 付) パック醤油 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) ピーナツ和え(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 煮込みハンバーグ 白菜ソテー コンソメスープ(ニンジン・タマネギ) 粉輪ゼリー	低たんぱく御飯 180 パールの和風ソース(40)揚 野菜の甘みそ炒め 長芋とオクラの梅和え チョコプリン	低たんぱく御飯 180 鶏肉の照り焼き(D) 春雨の金平煮 菜の花の辛子和え	低たんぱく御飯 180 豚肉(60) 野菜の中華和え 胡麻団子(2個) 中華スープ(わか・ねぎ)	低たんぱく御飯 180 牛丼風煮P 小松菜の和え物 フルーツ羹(みかん)	
朝	A定食	無塩パン90g・仔コ ガトキハツのスパ(F) フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g・マニエール 豚しゃぶサラダ(P) フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g バター キャベツソテー(P) フルーツ缶 粉輪 ジョア (アレン)	無塩パン90g・仔コ ミネストローネ(P) フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g・マニエール ハム野菜ソテー(P)減 糖 フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g・マニエール トマトソース(チーズ)D フルーツ缶 粉輪 もともっと加減	無塩パン90g・マニエール 南瓜と挽肉のスパ煮 D フルーツ缶 もともっと加減	
	昼	A定食	低たんぱく御飯 180 ピビンバD(血盛) 牛蒡の金平 フルーツカクテル白玉	低たんぱく御飯 180 チキンピザ50皮付(カレー 花野菜サラダ ヨーグルトデザート添え	低たんぱく御飯 180 ブリの照り焼き(60) さつまいもの甘辛煮 お浸し(マヨネーズ)	低たんぱく御飯 180 KシチューP(カレー風味 ごま和え(インゲン) ボロネーゼ(マヨ)	無塩パン90g・マニエール 白菜と小柱のソテー コーンサラダ	低たんぱく御飯 180 パルメザンソース(40) 付) 揚げオムレツ ごぼうとコンニャクの煮物 白菜のソテー和え	低たんぱく御飯 180 ボロネーゼ(P) 新じゃがの煮物 青梗菜のお浸し 粉輪ゼリー
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 チキンカツ(P) 付) パックソース 茹なす生姜和え ブ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) パック醤油 里芋の煮物 ボン酢和え(キャベツ、トウモロコシ)	低たんぱく御飯 180 鶏肉のトマト焼き(60) アロココソテー(MCT) 杏仁豆腐 中華スープ	低たんぱく御飯 180 天ぷらP 天つゆ 炒り豆腐(P) 海藻サラダ(キャベツ)	低たんぱく御飯 180 鯉の照り煮 甘酢和え(キャベツ・わか) おはぎ	低たんぱく御飯 180 ミートローフ ナスの炒め物(P) 小松菜と卵の和え物 フルーツデザート	低たんぱく御飯 180 親子煮(P) 酢の物(キャベツ、わか) 手作りゼリー(グレープ)	
朝	A定食	無塩パン90g バター ハムのサラダ(P) フルーツ缶 ジョア (アレン)	無塩パン90g・マニエール 野菜ソテー フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g バター 鶏肉と野菜のコンソメ煮 フルーツ缶 ジョア (アレン)	無塩パン90g バター 白菜と小柱のスパ(D) フルーツ缶 粉輪 もともっと加減	無塩パン90g・マニエール ボークビーンズ(D) フルーツ缶 もともっと加減	無塩パン90g バター カリフラワーとエビのソテー フルーツ缶 牛乳	無塩パン90g・マニエール スープ煮(P) フルーツ缶 もともっと加減	
	昼	A定食	低たんぱく御飯 180 牛焼肉(P) 大豆とひじきの煮物 D さつま芋サラダ	低たんぱく御飯 180 鯉の梅風味照焼き 40 青菜とソテーの炒めもの ごぼうの胡麻和え	ジャージャー麺(P)⑤ 揚げ焼売② かぶのナムル	低たんぱく御飯 180 チキンソテーD ツナサラダ(マヨ) コンソメスープ(キャベツ) 1/2	低たんぱく御飯 180 チンジャオロースD 春巻(50) キャベツのごま酢和え	低たんぱく御飯 180 豚肉の味噌焼(P) 茄子の生姜炒め(P) 海藻サラダ(トマト)	低たんぱく御飯 180 鶏肉の味噌焼(P) 青菜の炒め(P) 白菜のソテー和え(マヨ)
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 ホキの磯辺揚げ40 付) パック醤油 金平ごぼう ごま味噌和え(ブロッコリー) 葛切り団子黒蜜かけ	低たんぱく御飯 180 豆腐ハンバーグ(1/2) 切干大根の生姜炒め 酢味噌和え(わか)	低たんぱく御飯 180 ビーフシチューP 盛合せサラダ(アボカド・トマト) フルーツデザート	低たんぱく御飯 180 蟹玉(P) 春雨サラダ K 杏仁豆腐	低たんぱく御飯 180 赤魚の西京焼き(60) 大根の炒め物 ポテトサラダ(マヨ) りんごのコンポート	低たんぱく御飯 180 コーロケ 付) パックソース 揚げオムレツ(大根) フルーツデザート	低たんぱく御飯 180 シルバーの味噌焼き(60) 春雨のさつ煮T あんみつ 味噌汁(わか・タマネギ)	
朝	A定食	無塩パン90g・マニエール ツナサラダ(トマト・コーン) ドレッシング(オリーブオイル) フルーツ缶 ジョア (アレン)	無塩パン90g バター 南瓜のスープ煮 フルーツ缶 もともっと加減						
	昼	A定食	低たんぱく御飯 180 黒豆のトマトソースかけ(40) じゃがいもの含め煮 ピーナツ和え(インゲン) 粉輪ゼリー	低たんぱく御飯 180 松風焼き(P) 煮浸し(白菜・ニンジン) マヨネーズ和え(キャベツ、わか)					
夕	A定食	低たんぱく御飯 180 麻婆豆腐(1/2) ブロッコリー もやしナムル 中華スープ(卵)	低たんぱく御飯 180 特の唐揚げ野菜ソース(40) 里芋の煮物 ごま和え(キャベツ)MCT 味噌汁(大根・わか)1/2						

* 献立は都合により変更させていただきます。