

献立表

現 場：市立池田病院

献立種類：糖尿B米飯(個別献立 / A / B)

期 間：2017/4/1~2017/4/7

	土 1	日 2	月 3	火 4	水 5	木 6	金 7
朝食	[A] ■食パン90 食パン90g×1 90g ■マーガリン ソフトマーガリン8g (牛乳7%禁) 8g ■牛乳1本 牛乳 200g ■サラダ1 盛合わせ カリフラワー (冷) 30g Gアスパラ (冷) 20g ミニトマト 20g 焙煎ごま小袋(ノオイル)ジャネット 10g ■くだもの 糖尿用① バナナ 50g [B] ■みそ汁① 朝食用 大根 40g 人参 20g 減塩みそ(マルサン)750g 12g 出しかつお 0.1g ■ミートボール 3個 大豆ボール(味の素)リキリ特入 48g ■サラダ1 盛合わせ カリフラワー (冷) 30g Gアスパラ (冷) 20g ミニトマト 20g 焙煎ごま小袋(ノオイル)ジャネット 10g ■くだもの 糖尿用① バナナ 50g	[A] ■食パン90 食パン90g×1 90g ■マーガリン ソフトマーガリン8g (牛乳7%禁) 8g ■牛乳1本 牛乳 200g ■スープ煮 菜園風グリーン野菜ミックス(カゴメ) 50g コソメ顆粒(五大アレルギー-対応) 2g こしょう 0.1g ■くだもの 糖尿用③ いちご(可食18g) 90g [B] ■みそ汁② 朝食用 じゃがいも 40g 玉葱 20g 減塩みそ(マルサン)750g 12g 出しかつお 0.1g ■ウインナー ウインナー(ハク)7g×7本入) 30g ■スープ煮 菜園風グリーン野菜ミックス(カゴメ) 50g コソメ顆粒(五大アレルギー-対応) 2g こしょう 0.1g ■くだもの 糖尿用③ いちご(可食18g) 90g	[A] ■食パン90 食パン90g×1 90g ■マーガリン ソフトマーガリン8g (牛乳7%禁) 8g ■牛乳1本 牛乳 200g ■サラダ2 胡瓜 40g レタス 20g みかん缶(4号缶) 20g サウザン小袋(ノオイル) 10g パレリアオレンジ(250g皮付) 90g [B] ■みそ汁③ 朝食用 ゆば 3g 南瓜皮とり 40g 減塩みそ(マルサン)750g 12g 出しかつお 0.1g ■なたね卵 卵 50g バター 1g ■サラダ2 胡瓜 40g レタス 20g みかん缶(4号缶) 20g サウザン小袋(ノオイル) 10g ■くだもの 糖尿用④ パレリアオレンジ(250g皮付) 90g	[A] ■食パン90 食パン90g×1 90g ■マーガリン ソフトマーガリン8g (牛乳7%禁) 8g ■牛乳1本 牛乳 200g ■スープ煮(キャベツ) キャベツ 70g コーン (冷) 5g コソメ顆粒(五大アレルギー-対応) 2g こしょう 0.1g ■くだもの 糖尿用① バナナ 50g [B] ■みそ汁④ 朝食用 ふ 1g 玉葱 40g 減塩みそ(マルサン)750g 12g 出しかつお 0.1g ■シューマイ(国産) 2個 えび入りシューマイ14g(味の素:国産) 28g ■スープ煮(キャベツ) キャベツ 70g コーン (冷) 5g コソメ顆粒(五大アレルギー-対応) 2g こしょう 0.1g ■くだもの 糖尿用① バナナ 50g	[A] ■食パン90 食パン90g×1 90g ■マーガリン ソフトマーガリン8g (牛乳7%禁) 8g ■牛乳1本 牛乳 200g ■サラダ4 盛合わせ ブロッコリー (冷) 30g アスパラ (缶) 20g ミニトマト 20g 焙煎ごま小袋(ノオイル)ジャネット 10g ■くだもの 糖尿用② いちご(可食18g) 90g [B] ■みそ汁⑤ 朝食用 さつまいも 40g 人参 20g 減塩みそ(マルサン)750g 12g 出しかつお 0.1g ■ミートボール 3個 大豆ボール(味の素)リキリ特入 48g ■サラダ4 盛合わせ ブロッコリー (冷) 30g アスパラ (缶) 20g ミニトマト 20g 焙煎ごま小袋(ノオイル)ジャネット 10g ■くだもの 糖尿用② いちご(可食18g) 90g	[A] ■食パン90 食パン90g×1 90g ■マーガリン ソフトマーガリン8g (牛乳7%禁) 8g ■牛乳1本 牛乳 200g ■サラダ Gアスパラ (冷) 30g カリフラワー (冷) 30g 人参 10g グレートノーザン 10g クリーミィ小袋(ノオイル) 10g ■くだもの 糖尿用④ パレリアオレンジ(250g皮付) 90g [B] ■みそ汁⑥ 朝食用 ほうれん草 (冷) 30g ふ 1g 減塩みそ(マルサン)750g 12g 出しかつお 0.1g ■ウインナー ウインナー(ハク)7g×7本入) 30g ■サラダ Gアスパラ (冷) 30g カリフラワー (冷) 30g 人参 10g グレートノーザン 10g クリーミィ小袋(ノオイル) 10g ■くだもの 糖尿用④ パレリアオレンジ(250g皮付) 90g	[A] ■食パン90 食パン90g×1 90g ■マーガリン ソフトマーガリン8g (牛乳7%禁) 8g ■牛乳1本 牛乳 200g ■サラダ5 キャベツ 30g 胡瓜 30g 人参 10g 中華ドレ1Lポトル(ノオイル) 7g ■くだもの 糖尿用④ バイナップル(生) 皮付 75g [B] ■みそ汁⑦ 朝食用 白才 40g 人参 20g 減塩みそ(マルサン)750g 12g 出しかつお 0.1g ■なたね卵 卵 50g バター 1g ■サラダ5 キャベツ 30g 胡瓜 30g 人参 10g 中華ドレ1Lポトル(ノオイル) 7g ■くだもの 糖尿用④ バイナップル(生) 皮付 75g
	■米飯160g ごはん 160g ■鶏肉くわ焼 糖 かしわもも皮なし 60g しょうゆ 5g マービー2,0kg 3g 片くり粉 3g なたね油 3g 人参(グラッセ用) 20g 大根 30g バター 0.5g ■清汁 糖 ごぼう 30g 人参 10g 木くらげ 0.5g 葱 5g	■米飯160g ごはん 160g ■卵とじ 糖 卵 50g 玉葱 30g 葱 20g 干しいたけ 1g 人参 20g かまぼこ 12g しょうゆ 4g 三温糖 2g 出しかつお 0.1g ■伴三糸(人工甘味料) 糖 胡瓜 50g 焼豚 15g 錦糸卵 10g	■米飯160g ごはん 160g ■清汁 鯛50g(可食部50g) 25g 菜の花(冷) 10g しょうゆ 8g 塩 0.5g 出しかつお 0.1g ■きんぴら風 糖 うど 50g 人参 10g 白ごま 1g なたね油 1g しょうゆ 3g マービー2,0kg 3g ■炊き合わせ 糖	■米飯160g ごはん 160g ■ムニエル魚 メルルーサ70g 70g 小麦粉 6g なたね油 3g 塩 0.3g ■白葱の煮浸し 糖 白葱 60g 生しいたけ 10g しょうゆ 8g 三温糖 3g 出しかつお 0.1g 粉さんしょう 0.01g ■豚汁 糖 豚肉(上) 20g	■米飯160g ごはん 160g ■蒸魚みぞれかけ 糖 ます 70g 70g 塩 0.3g 大根 50g 胡瓜 20g 酢 5g マービー2,0kg 1g ポン酢 1g ミニトマト 20g ■清汁 糖 若布 1g みつば 4g とろろ昆布 2g しょうゆ 8g	■米飯160g ごはん 160g ■さしみこんにやく 糖 さしみこんにやく 80g 海藻サラダ(トリソフーズ) 1g 織大根 20g 菊花 1g 酢 5g 白みそ 8g 辛子パック 1g マービー2,0kg 3g 三温糖 2g ■かき玉汁 糖 卵 25g えび(ブラックタイガー等) 18g 葱 5g	■米飯160g ごはん 160g ■中華オムレツ ウェイユウ(鶏骨エキス入) 1g 牛ミンチ 10g 玉葱 40g 人参 20g グリンピース (冷) 5g 片くり粉 3g 塩 0.1g しょうゆ 3g ごま油(純正) 1g 卵 50g ごま油(純正) 2g ■酢の物 糖 キャベツ 50g

きぬさや (冷)	5 g
しょうゆ	8 g
塩	0.5 g
出しかつお	0.1 g
■野菜盛合せ	糖
ライトツナチャンク	20 g
ロースハム	10 g
レタス	15 g
カリフラワー (冷)	30 g
ヤングコーン	10 g
ラディッシュ	15 g
マヨネーズハーフ小袋 8g	8 g
■くだもの 糖尿用④	
パイナップル(生) 皮付	75 g

なたね油	0.3 g
ごま油 (純正)	0.5 g
マービー2, 0 k g	3 g
酢	5 g
しょうゆ	0.3 g
■かか煮	糖
大根	60 g
人参	20 g
生しいたけ	15 g
きぬさや (冷)	7 g
花かつお	1 g
しょうゆ	8 g
三温糖	3 g
出しかつお	0.1 g
■くだもの 糖尿用①	
バナナ	50 g

大根	70 g
えび(ブラックタイガー等)	18 g
ささみ	30 g
きぬさや (冷)	7 g
茹卵	50 g
しょうゆ	8 g
三温糖	3 g
出しかつお	0.1 g
木の芽	0.5 g
■くだもの 糖尿用③	
いちご(可食18g)	90 g

油揚(10g×4枚) すし揚	5 g
大根	40 g
人参	20 g
もやし	20 g
葱	5 g
赤みそ(鯉出し入)	12 g
出しかつお	0.1 g
■梅肉和え	
えのき茸	50 g
みつば	4 g
白ごま	1 g
梅干(かつ梅)塩分10%	2 g
しょうゆ	2 g
青じそ	1 g
■くだもの 糖尿用④	
パルシアオレンジ(250g皮付)	90 g

塩	0.5 g
出しかつお	0.1 g
■煮物	糖
かしわもも皮なし	40 g
人参	20 g
生しいたけ	15 g
たけのこ(生)	30 g
しょうゆ	8 g
三温糖	3 g
出しかつお	0.1 g
■くだもの 糖尿用①	
バナナ	50 g

しょうゆ	8 g
塩	0.5 g
出しかつお	0.1 g
■煮物	糖 (高野)
高野豆腐	16g 8 g
人参	20 g
きぬさや (冷)	7 g
干しいたけ	2 g
平天(1パック5枚入)	20 g
しょうゆ	8 g
三温糖	3 g
出しかつお	0.1 g
■くだもの 糖尿用③	
キウイフルーツ	90 g

若布	1 g
酢	5 g
出しかつお	0.1 g
しょうゆ	0.5 g
三温糖	2 g
■清汁	糖
まいたけ	10 g
なめこ	20 g
えのき茸	15 g
いんげん (冷)	10 g
塩	0.5 g
しょうゆ	8 g
出しかつお	0.1 g
■大豆サラダ	水菜 生
水菜	20 g
かにかま(1パック10本入150g)	7 g
大豆	5 g
サニーレタス(サラダ菜)	5 g
1Kマヨネーズハーフ	3 g
辛子パック	0.2 g
しょうゆ	1 g
■くだもの 糖尿用④	
パルシアオレンジ(250g皮付)	90 g

■米飯160g	
ごはん	160 g
■蒲焼き	
うなぎ かば焼き	50 g
■お浸し(ごま)	糖
いんげん (冷)	60 g
白ごま	1 g
減塩しょうゆ(ｼﾞｬｯﾌﾟ5mlﾊﾞｯｸ×40)	5 g
■炒め煮	糖
白才	40 g
切干大根	5 g
ちくわ(1本34g・4本入)	10 g
油揚(10g×4枚) すし揚	5 g
人参	20 g
グリーンピース (冷)	5 g
しょうゆ	8 g
三温糖	3 g
なたね油	1 g
出しかつお	0.1 g
■酢の物(春雨)	糖
春雨(緑豆)	5 g
トマト	20 g
ひじき	2 g
酢	5 g
出し昆布	0.1 g
しょうゆ	0.2 g
三温糖	2 g

■米飯160g	
ごはん	160 g
■カレイの包み焼	
とろかれい50g(可食部50g)	50 g
白才	30 g
人参	10 g
みつば	5 g
1Kマヨネーズハーフ	8 g
赤みそ(鯉出し入)	3 g
レモン	10 g
■お浸し(ごま)	糖
キャベツ	60 g
白ごま	1 g
減塩しょうゆ(ｼﾞｬｯﾌﾟ5mlﾊﾞｯｸ×40)	5 g
■すき焼き風	糖
牛肉(上)	30 g
しらたき	30 g
いんげん (冷)	20 g
まいたけ	20 g
焼豆腐	64 g
しょうゆ	10 g
三温糖	3 g
マービー2, 0 k g	4 g
出しかつお	0.1 g
■酢の物	糖
ラディッシュ	40 g
海藻サラダ(トリトンフーズ)	1 g
人参	10 g
酢	5 g
出しかつお	0.1 g
しょうゆ	0.5 g

■米飯160g	
ごはん	160 g
■ハンバーグおろし煮糖	
もめん豆腐 330g	65 g
ささみミンチ	20 g
玉葱	40 g
卵白	3 g
パン粉	3 g
塩	0.1 g
なたね油	0.5 g
大根	60 g
しょうゆ	3 g
出しかつお	0.1 g
三温糖	2 g
パセリ(乾)	0.2 g
■かにかまキャベツ巻糖	
キャベツ	80 g
かにかま(1パック10本入150g)	15 g
青じそ	1 g
土生姜	1.5 g
減塩しょうゆ(ｼﾞｬｯﾌﾟ5mlﾊﾞｯｸ×40)	5 g
■煮物(白才)	糖
白才	80 g
人参	20 g
ふき(生)	20 g
ゆば	6 g
しょうゆ	8 g
三温糖	3 g
出しかつお	0.1 g
■マヨネーズかけ	糖
レタス	20 g

■米飯160g	
ごはん	160 g
■トルテ風オムレツ	糖
卵	50 g
牛乳	5 g
6アスパラ (冷)	10 g
玉葱	20 g
マッシュルーム(缶)	10 g
コーン (冷)	5 g
塩	0.1 g
なたね油	3 g
■辛子和え	糖
青菜	40 g
人参	20 g
菊花	0.5 g
木くらげ	0.5 g
辛子パック	1 g
しょうゆ	3 g
■かき油炒め	糖
豆苗	80 g
人参	20 g
しめじ	10 g
こしょう	0.05 g
なたね油	2 g
ごま油(純正)	1 g
オイスターソース	5 g
片くり粉	0.5 g
鶏がらスープ(素)	1 g
生揚(70g×4個)	30 g
■酢の物(生節)	糖
生節	10 g

■米飯160g	
ごはん	160 g
■巻焼卵	糖
卵	50 g
塩	0.1 g
なたね油	5 g
■あんかけ豆腐	糖
絹こし豆腐	60 g
小松菜	20 g
かに(缶)	20 g
片くり粉	5 g
しょうゆ	5 g
三温糖	1.5 g
出しかつお	0.1 g
■野菜炒め	糖
キャベツ	30 g
もやし	40 g
玉葱	15 g
なたね油	3 g
塩	0.1 g
こしょう	0.1 g
豚肉(上)	20 g
■芽株佃煮	
芽株佃煮(8g小袋)	8 g

■炊込御飯210g	具50+160
ちくわ(1本34g・4本入)	10 g
こんにやく	20 g
しめじ	30 g
人参	20 g
ぎんなん(缶)	3 g
しょうゆ	5 g
三温糖	0.5 g
みりん	0.8 g
塩	0.3 g
出し昆布	0.3 g
ごはん	160 g
■野菜盛合せ	
レタス	15 g
アスパラ(缶)	20 g
セロリ	20 g
胡瓜	30 g
玉葱	10 g
ラディッシュ	15 g
おろし玉ねぎドレッシング小袋(ノオイル)	10 g
■照り焼きハンバーグ	
合挽ミンチ	30 g
ナツメグ	0.05 g
玉葱	30 g
土生姜	1 g
葱	5 g
白ごま	1 g
卵	5 g
塩	0.5 g
こしょう	0.05 g
パン粉	10 g

■米飯160g	
ごはん	160 g
■ポークソテー	
豚もも肉(丸)	60 g
カレー粉(400g入り)	0.02 g
こしょう	0.01 g
塩	0.3 g
なたね油	2 g
玉葱	20 g
人参	20 g
ピーマン	10 g
なたね油	1 g
塩	0.1 g
■のり巻き	
ほうれん草 (冷)	80 g
のり	1 g
減塩しょうゆ(ｼﾞｬｯﾌﾟ5mlﾊﾞｯｸ×40)	5 g
■かか煮	糖
もめん豆腐 330g	50 g
人参	20 g
なす	30 g
ちくわ(1本34g・4本入)	17 g
生しいたけ	15 g
花かつお	1 g
しょうゆ	8 g
三温糖	3 g
出しかつお	0.1 g
■佃煮	
細切り昆布佃煮	8 g

	三温糖	2 g	胡瓜	30 g	胡瓜	30 g	なたね油	1 g
			トマト	30 g	キャベツ	30 g	マービー2,0 k g	3 g
			カリフラワー	30 g	土生姜	1 g	みりん	1 g
			(冷)		白ごま	0.5 g	土生姜	1 g
			ローズハム	10 g	酢	5 g	片くり粉	2 g
			マヨネーズハーフ小袋	8 g	マービー2,0 k g	2 g	しょうゆ	5 g
			塩	0.1 g	三温糖	2 g	■付け合わせ	
							なす	30 g
							なたね油	2 g
							塩	0.2 g
							こしょう	0.1 g
							あらびきソーセージ	20 g
							■炒り煮	糖
							切干大根	6 g
							干しいたけ	1 g
							人参	10 g
							きぬさや	5 g
							(冷)	
							なたね油	1 g
							しょうゆ	5 g
							みりん	3 g
							出しかつお	0.1 g