

週 間 献 立 表

2021/05/10 11:35:52

県立リハビリ中央病院

常食2000・75

2021年05月17日（月）～ 2021年05月23日（日）

	5月17日(月)	5月18日(火)	5月19日(水)	5月20日(木)	5月21日(金)	5月22日(土)	5月23日(日)
朝食	NEG黒糖ロール サラダ(サウザン) 牛乳 オレンジ	食パン マカロニサラダ 牛乳 ももゼリー	クリームエスカルゴ コールスローサラダ 牛乳 バナナ	チョコロール(折込) ポテトサラダ 牛乳 オレンジ	メープルロール ソテー(カレー味) 牛乳 バナナ	NEGロール スパゲティサラダ 牛乳 ぶどうゼリー	食パン スープ煮(白菜・コーン) 牛乳 バナナ
	エネルギー:477kcal タンパク:15.6g 脂質 :13.1g 炭水化:73.0g 食繊維:1.9g 塩分 :1.5g	エネルギー:649kcal タンパク:19.5g 脂質 :16.9g 炭水化:100.8g 食繊維:3.6g 塩分 :1.9g	エネルギー:573kcal タンパク:16.9g 脂質 :23.1g 炭水化:84.3g 食繊維:2.7g 塩分 :1.2g	エネルギー:590kcal タンパク:15.9g 脂質 :23.5g 炭水化:77.6g 食繊維:1.0g 塩分 :1.8g	エネルギー:583kcal タンパク:16.7g 脂質 :20.5g 炭水化:86.0g 食繊維:4.2g 塩分 :1.5g	エネルギー:623kcal タンパク:14.6g 脂質 :19.6g 炭水化:96.1g 食繊維:5.2g 塩分 :1.6g	エネルギー:628kcal タンパク:19.7g 脂質 :12.8g 炭水化:107.5g 食繊維:5.3g 塩分 :1.8g
昼食	米飯 鶏肉のチーズ焼き 添え野菜(ピーマン・じゃが芋) マヨ和え(ブロッコリー) 大学芋	米飯 あじのソテー 玉ねぎソース ピーナッツ和え(アスパラ) きんぴらごぼう(こんにゃく)	米飯 牛肉とモヤシのカレー炒め 中華和え(オクラ・鶏ササミ) マスタード炒め(じゃが芋)	米飯 ほきの洋風煮込み 酢の物(きくらげ) 南瓜の煮物	米飯 豚肉と白菜の春雨煮 くるみ和え(ブロッコリー) 卵とじ(いんげん)	米飯 さわらの梅しそ焼き 添え野菜(いんげん・南瓜) 甘酢和え(白菜) 里芋の煮物	米飯 牛肉の野菜炒め マヨ和え(アスパラ) 炒り豆腐(まいたけ)
							
	エネルギー:827kcal タンパク:27.3g 脂質 :23.7g 炭水化:122.9g 食繊維:7.0g 塩分 :1.6g	エネルギー:656kcal タンパク:28.3g 脂質 :10.5g 炭水化:108.1g 食繊維:7.3g 塩分 :1.7g	エネルギー:690kcal タンパク:29.3g 脂質 :14.0g 炭水化:108.7g 食繊維:7.8g 塩分 :2.1g	エネルギー:648kcal タンパク:25.8g 脂質 :6.6g 炭水化:116.4g 食繊維:8.7g 塩分 :2.0g	エネルギー:680kcal タンパク:32.4g 脂質 :14.3g 炭水化:102.7g 食繊維:6.7g 塩分 :1.9g	エネルギー:675kcal タンパク:27.2g 脂質 :11.0g 炭水化:112.5g 食繊維:5.8g 塩分 :1.6g	エネルギー:729kcal タンパク:29.9g 脂質 :20.4g 炭水化:106.0g 食繊維:8.6g 塩分 :2.5g
夕食	米飯 かれいのタルタルソースかけ 添え野菜(玉ねぎソテー・グラッセ) カニかまサラダ そうめん汁(あげ) キウイ	米飯 麻婆豆腐(豚) サラダマリネ スープ(鶏・白菜) メロン	米飯 さばの味噌煮 もずく酢 卵豆腐(冷) パイナップル	米飯 ホークステーキ(BBQソース) 添え野菜(ブロッコリー・グラッセ) 韓国風サラダ かき玉汁(三つ葉) ソール元気ヨーグルト	米飯 豆腐のキッシュ(ハム・卵・チーズ) ごぼうサラダ(マヨネーズ) コンソメスープ(玉ねぎ) キウイ	米飯 豚こま酢豚 ナムル(ぜんまい) スープ(キャベツ) メロン	米飯 赤魚の焼き浸し おかか和え(小松菜) 味噌汁(白菜) パイナップル
							
	エネルギー:717kcal タンパク:32.3g 脂質 :14.9g 炭水化:110.7g 食繊維:6.9g 塩分 :2.4g	エネルギー:765kcal タンパク:28.9g 脂質 :18.8g 炭水化:116.3g 食繊維:6.0g 塩分 :2.9g	エネルギー:664kcal タンパク:28.6g 脂質 :14.0g 炭水化:101.2g 食繊維:4.1g 塩分 :2.2g	エネルギー:695kcal タンパク:32.6g 脂質 :8.5g 炭水化:117.6g 食繊維:4.7g 塩分 :2.3g	エネルギー:820kcal タンパク:27.8g 脂質 :29.2g 炭水化:110.2g 食繊維:9.5g 塩分 :2.4g	エネルギー:696kcal タンパク:30.0g 脂質 :9.9g 炭水化:118.3g 食繊維:7.8g 塩分 :2.9g	エネルギー:563kcal タンパク:25.1g 脂質 :4.1g 炭水化:102.6g 食繊維:5.8g 塩分 :2.6g
日計	エネルギー:2021kcal タンパク:75.2g 脂質 :51.7g 炭水化:306.6g 食繊維:15.8g 塩分 :5.5g	エネルギー:2070kcal タンパク:76.7g 脂質 :46.2g 炭水化:325.2g 食繊維:16.9g 塩分 :6.5g	エネルギー:1927kcal タンパク:74.8g 脂質 :51.1g 炭水化:294.2g 食繊維:14.6g 塩分 :5.5g	エネルギー:1933kcal タンパク:74.3g 脂質 :38.6g 炭水化:311.6g 食繊維:14.4g 塩分 :6.1g	エネルギー:2083kcal タンパク:76.9g 脂質 :64.0g 炭水化:298.9g 食繊維:20.4g 塩分 :5.8g	エネルギー:1994kcal タンパク:71.8g 脂質 :40.5g 炭水化:326.9g 食繊維:18.8g 塩分 :6.1g	エネルギー:1920kcal タンパク:74.7g 脂質 :37.3g 炭水化:316.1g 食繊維:19.7g 塩分 :6.9g



栄養管理課からのお知らせ

※都合により、献立を一部変更する場合がありますので、
ご理解よろしくお願いいたします。

＜主食が**全粥・軟飯・パン**の患者さんへ＞

☆主食（米飯、麺類、パン等）が**主菜**となっている場合☆

- ・ **寿司**を選ばれた場合、全粥・軟飯・パンではなく、「**(米飯の)寿司**」で提供します。
- ・ **変わりご飯(ピラフ、チャーハン等)**を選ばれた場合、「**全粥・軟飯**の方はそれに**具を混ぜたもの**」、「**パン**の方は**全粥に具を混ぜたもの**」で提供します。
- ・ **どんぶり**を選ばれた場合、おにぎり・全粥・パンと「**具を別盛**」で提供します。
- ・ **サンドイッチ**を選ばれた場合、全粥・軟飯・パンではなく、「**サンドイッチ(耳付き)**」を提供します。

☆主食（米飯）に具が混ざっている場合☆

- ・ **混ぜご飯(炊き込みご飯等)**の場合、「**全粥・軟飯**の方はそれに**具を混ぜたもの**」、「**パン**の方は**パン**」を提供します。

5月21日(金) 昼食
くるみ和え
くるみには、不足しがちな
ビタミン、ミネラルが含まれています。
食物繊維も含まれるので
間食にも最適です！
残さずに食べてね♪



選択食A