

2024年11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。

| | | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | | 日 | |
|-----|---|--|--|---|--|--|--|----|--|---|--|---|--|---|--|
| | | | | | | | | | | 1 | | 2 | | 3 | |
| 朝 | 冬に向けたあたたかいメニューの増加 肌寒くなってくる11月は、体をあたためるスープや煮物が多く取り入れられています。これらのメニューは消化しやすく、栄養バランスも良く、入院中の患者さんの体力回復に役立ちます。11月の病院給食は、季節感を感じながら栄養をしっかりと摂ることができるよう、工夫された献立を提供してまいります。 | | | | | | | | | 米飯 味噌汁(大根菜・卵) 高野豆腐の含め煮 もやしとエビのごま風味炒め 牛乳 | | 米飯 味噌汁(キャベツ・つみれ) ぶりの照り焼き チンゲン菜のソテー 牛乳 | | 米飯 味噌汁(とろろ昆布・葱) オムレツ 白菜のタラコ和え 牛乳 | |
| | | | | | | | | | | 米飯 中華スープ(はんぺん・葱) ☆銀だらの胡麻味噌漬焼き ジャーマンポテト いんげんの梅和え フルーツ(オレンジ) | | 米飯 味噌汁(ほうれん草・若布) 豚肉のオイスター炒め ふきの炒り煮 野菜サラダ フルーツ(バナナ) | | 米飯 味噌汁(畑菜・椎茸) あじの南蛮漬け 肉団子のケチャップ煮 キャベツの和風サラダ フルーツ(マンゴー) | |
| | | | | | | | | | | 米飯 味噌汁(玉葱・人参) 鶏もものさっぱり煮 ちくわ天ぷら オクラのツナ和え | | 米飯 味噌汁(麩・大根菜) 赤魚のムニエル こんにやく炒め 大根のおろし和え | | 米飯 味噌汁(かぶ・かぶ菜) 鶏とアスパラの中華炒め さつまいものバター煮 チンゲン菜のなめたけ和え | |
| 栄養価 | | | | | | | | | | エネルギー 1735kcal 蛋白質 69.4g 脂質 47.9g 食塩 7.2g 炭水化物 272.8g 食物繊維 20.4g | エネルギー 1710kcal 蛋白質 65.5g 脂質 46.9g 食塩 6.3g 炭水化物 269.3g 食物繊維 17.7g | エネルギー 1711kcal 蛋白質 66.5g 脂質 36.7g 食塩 7g 炭水化物 36.7g 食物繊維 18.4g | | | |
| | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | |
| 朝 | 米飯 味噌汁(しめじ・若布) 肉詰めいなり煮 なめことろろ 牛乳 | 米飯 味噌汁(麩・絹さや) さばと大根の煮物 オクラのおかか和え 牛乳 | 米飯 味噌汁(つみれ・えのき茸) ひじきの煮物 小松菜のツナ和え 牛乳 | 米飯 味噌汁(なす・玉葱) 松風焼き オクラの生姜和え 牛乳 | 米飯 味噌汁(南瓜・しろな) 納豆 白菜のなめ茸和え 牛乳 | 米飯 味噌汁(なめこ・葱) オムレツ ブロッコリーの甘辛炒め 牛乳 | 米飯 味噌汁(とろろ昆布・絹さや) 豆腐の炒め煮 小松菜と白菜の和え物 牛乳 | | | | | | | | |
| 昼 | 米飯 味噌汁(卵・うまい菜) 焼肉 豆腐しゅうまい スタップエントウのドレ和え フルーツ(パイナップル) | COCO特製カレー トッピング)ハンバーグ 春雨スープ 福神漬け フルーツ(みかん缶) | きつねそば なすの生姜煮 フルーツ(キウイ) | 米飯 とん汁 ほっけのマヨ焼き いんげんのごま油炒め カリフラワーのドレ和え フルーツ(バナナ) | チャーシュー丼 清し汁(若布・絹さや) 小松菜の炒め物 大根の和風サラダ グレープゼリー | 米飯 味噌汁(オクラ・はんぺん) 絹厚揚げのかにあんかけ 冬瓜とあさりの煮物 キャベツの塩こうじ漬け フルーツ(マンゴー) | 米飯 味噌汁(玉葱・麩) 卵とさくらげの炒め物 中華なす もやしのナムル フルーツ(オレンジ) | | | | | | | | |
| 夕 | 米飯 味噌汁(もやし・ほうれん草) ほきの香味焼き じゃが芋の煮物 厚揚げと白菜の酢味噌和え | 米飯 味噌汁(チンゲン菜・葱) 鶏のごま照り焼き がんもの含め煮 もずく酢 | 米飯 味噌汁(揚げ・大根) さばの塩焼き 野菜炒め マセドアンサラダ | 米飯 味噌汁(麩・とろろ昆布) 揚げ豆腐のえびあんかけ スタップエントウとあさり中華炒め もやしの梅風味 | 米飯 味噌汁(里芋・大根菜) 赤魚の煮つけ 金平牛蒡 コールスローサラダ | 米飯 味噌汁(卵・畑菜) 和風ハンバーグ 切干大根の炒め煮 菜の花の柚子みそ風味 | 米飯 味噌汁(チンゲン菜・揚げ) たらのムニエル コンニャクの炒り煮 春菊のごま和え | | | | | | | | |
| 栄養価 | エネルギー 1735kcal 蛋白質 68.9g 脂質 41.4g 食塩 6.2g 炭水化物 283.7g 食物繊維 18.3g | エネルギー 1757kcal 蛋白質 62.3g 脂質 47.5g 食塩 7.4g 炭水化物 282.1g 食物繊維 17.3g | エネルギー 1735kcal 蛋白質 67.3g 脂質 55.5g 食塩 6.8g 炭水化物 255.5g 食物繊維 19.6g | エネルギー 1704kcal 蛋白質 68.2g 脂質 42g 食塩 6.4g 炭水化物 276.7g 食物繊維 19.3g | エネルギー 1728kcal 蛋白質 60.7g 脂質 48.3g 食塩 6.6g 炭水化物 276.6g 食物繊維 19.9g | エネルギー 1680kcal 蛋白質 58.9g 脂質 38.2g 食塩 7.2g 炭水化物 287.1g 食物繊維 20.8g | エネルギー 1692kcal 蛋白質 61.1g 脂質 46.9g 食塩 6.9g 炭水化物 271g 食物繊維 21g | | | | | | | | |
| | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | |
| 朝 | 米飯 味噌汁(大根・大根菜) あんかけ五目卵 オクラの和え物 牛乳 | 米飯 味噌汁(さつまいも・人参) 炒り豆腐 チンゲン菜のしらす和え 牛乳 | 米飯 味噌汁(牛蒡・貝割) ゆずおろし肉団子 小松菜とかにの和え物 牛乳 | 米飯 味噌汁(揚げ・冬瓜) 納豆 キャベツと卵の炒め物 牛乳 | 米飯 味噌汁(とろろ昆布・畑菜) さけの塩焼き いんげんの炒め物 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 味噌汁(南瓜) ★牛肉の漬け焼き 高野豆腐の煮物 カリフラワーサラダ フルーツ(グレープフルーツ) | 米飯 味噌汁(玉葱・椎茸) ご当地唐揚げ(高知県) なすの焼き浸し 大根のサラダ フルーツ(パイナップル) | 長崎ちゃんぽん 南瓜のバター煮 フルーツカクテル | 米飯 すまし汁(青梗菜・えのき茸) ☆金目鯛の柚庵焼き ふきの金平 胡瓜の酢の物 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 フルーツ(バナナ) | 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 ピタミンゼリー | | | | | | | | |
| 夕 | 米飯 味噌汁(しろな・揚げ) ぶりの梅煮 きのこのコンソメ 胡瓜の青じそドレ和え | 米飯 味噌汁(麩・大根菜) スパニッシュオムレツ かぶのそぼろあんかけ わかめとエビのポン酢和え | 米飯 中華スープ(ワカメ・人参) さばのみそ煮 豚肉のオイスター炒め 白菜のしそ実和え | 米飯 味噌汁(豆腐・あさり) 豚肉のハニーマスタード焼き 玉葱とピ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 納豆草のバターソテー 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 | エネルギー 1740kcal 蛋白質 78.5g 脂質 48.4g 食塩 6.2g 炭水化物 268.9g 食物繊維 19g | エネルギー 1722kcal 蛋白質 59.2g 脂質 47.5g 食塩 6.7g 炭水化物 275.6g 食物繊維 20g | エネルギー 1726kcal 蛋白質 67.3g 脂質 50.4g 食塩 6.7g 炭水化物 266.9g 食物繊維 17.6g | エネルギー 1723kcal 蛋白質 270.1g 脂質 47.3g 食塩 6.6g 炭水化物 270.1g 食物繊維 21.3g | エネルギー 1728kcal 蛋白質 76.1g 脂質 38.3g 食塩 7.1g 炭水化物 283.5g 食物繊維 20.5g | エネルギー 1719kcal 蛋白質 67.9g 脂質 45.8g 食塩 6.9g 炭水化物 272.9g 食物繊維 17.6g | エネルギー 1705kcal 蛋白質 67.4g 脂質 37.1g 食塩 7.1g 炭水化物 287g 食物繊維 21.2g | | | | | | | | |
| | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | |
| 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(しろな・卵) 冷奴 ちくわとピーマンの炒め物 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) いんげんの炒め煮 さばの醤油煮 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 ブ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・絹さや) ★牛肉と茄子のカレー炒め いんげんのコンソメソテー 春雨サラダ フルーツ(バナナ) | みそ煮込みうどん かにシュウマイ フルーツ(余市町りんご) | 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 ピタミンゼリー | 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(じゃが芋・菜の花) 白身魚のきのこあんかけ なすのみそ炒め スタップエントウのサラダ 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 ふるふき大根 菜の花生姜和え フルーツ(パイナップル) | | | | | | | | |
| 夕 | 米飯 味噌汁(揚げ・しめじ) 肉じゃが ベーコンの野菜炒め 春菊のドレ和え | 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) 味噌汁の卵とじ煮 ピリ辛海鮮炒め 胡瓜のみそマヨ和え | 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 かぶと若布の酢の物 | 米飯 味噌汁(白菜・揚げ) たらのおろし煮 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) ブルコギ風 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 | エネルギー 1707kcal 蛋白質 59.5g 脂質 43.8g 食塩 6.9g 炭水化物 284.7g 食物繊維 21g | エネルギー 1736kcal 蛋白質 77.5g 脂質 39.7g 食塩 6.7g 炭水化物 282.2g 食物繊維 17.7g | エネルギー 1713kcal 蛋白質 68.3g 脂質 49g 食塩 6.5g 炭水化物 260.2g 食物繊維 18.5g | エネルギー 1748kcal 蛋白質 58.2g 脂質 46g 食塩 6.9g 炭水化物 289.4g 食物繊維 20g | エネルギー 1665kcal 蛋白質 61.8g 脂質 40g 食塩 7.2g 炭水化物 278.2g 食物繊維 17.9g | エネルギー 1719kcal 蛋白質 67.6g 脂質 44g 食塩 7.1g 炭水化物 279.3g 食物繊維 21.8g | エネルギー 1703kcal 蛋白質 65.9g 脂質 45.6g 食塩 7.3g 炭水化物 272.6g 食物繊維 20.2g | | | | | | | | |
| | | 25 | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | | |
| 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 | | | | | | | | | |
| 昼 | 米飯 味噌汁(はんぺん・葱) 白身魚のきのこあんかけ もつ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 | 海老ピラフ コンソメスープ(キャベツ・えのき) コーンコロッケ アスパラのソテー もやしとツナの和え物 ミートボール フルーツ盛り合わせ | 五目にゆづめん 南瓜のバター煮 フルーツ(バナナ) | 米飯 味噌汁(しめじ・畑菜) ポークチャップ 里芋の含め煮 小松菜のドレ和え ハスカップゼリー | 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 帆立とブロッコリーのソテー 菜の花のかにかま和え フルーツ(パイナップル) | | | | | | | | | |
| 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 ビーフンのそぼろ炒め 煮豆 | 米飯 味噌汁(麩・うまい菜) さわらの幽庵焼き 大根とあさりの煮物 しろなの辛子和え | 米飯 味噌汁(豆腐・貝割れ) 牛肉の野菜炒め 蒸しシュウマイ 胡瓜のごま酢和え | 米飯 味噌汁(いんげん・人参) 赤魚の葉味だれ 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 こんにやく炒り かぼちゃサラダ | | | | | | | | | |
| 栄養価 | エネルギー 1708kcal 蛋白質 71.1g 脂質 36.1g 食塩 6.8g 炭水化物 291.1g 食物繊維 21.5g | エネルギー 1698kcal 蛋白質 67.8g 脂質 38.5g 食塩 7g 炭水化物 284.8g 食物繊維 21.4g | エネルギー 1720kcal 蛋白質 59g 脂質 51.5g 食塩 6.2g 炭水化物 265.9g 食物繊維 17g | エネルギー 1715kcal 蛋白質 65.5g 脂質 38.2g 食塩 6.5g 炭水化物 289.2g 食物繊維 16.7g | エネルギー 1718kcal 蛋白質 64.9g 脂質 44.5g 食塩 7.2g 炭水化物 278.7g 食物繊維 19.1g | エネルギー 1691kcal 蛋白質 69.2g 脂質 41.2g 食塩 7g 炭水化物 272.3g 食物繊維 19.6g | | | | | | | | | |