

5月下旬(5月16日～5月31日分) 常食予定献立表

《食事サービス変更のお知らせ》

4月から当面の間、選択食、パン用メニュー、焼きたてパン、生果物の提供を停止させていただきます。お茶は紙パックになります。

ご不便をおかけ致しますが、食事提供継続のため、ご理解頂きますようお願い申し上げます。

主食は米飯、お粥、玄米、めん、パン等が選べます。火曜日昼食はめん、金曜日昼食はパンのメニュー(主食の食札表記従来通り)になりますが、希望しない方はお申し出ください。

栄養表示は、常食米飯の内容となります。 ●:エネルギー ●:たんぱく質 ●:塩分 ()内は全粥食の献立です。

日付	5/16(金)	5/17(土)	5/18(日)	5/19(月)	5/20(火)	5/21(水)	5/22(木)	5/23(金)
朝食	味噌汁 肉いなり煮 二色浸し しらす干し ふりかけ、牛乳 ●634kcal ●24g ●3.8g	味噌汁 卵蒸しあんかけ 大豆野菜煮 あみの佃煮 牛乳 ●637kcal ●25g ●3.2g	味噌汁 しんじょうあんかけ ひじき炒め煮(もやしソテー) お浸し 焼のり(のり佃煮)、牛乳 ●695kcal ●24g ●3.9g	味噌汁 温泉卵 大根信田煮 お浸し なめ茸佃、牛乳 ●623kcal ●24g ●3.3g	味噌汁 がんと含め煮 お浸し しらす干し 牛乳 ●591kcal ●22g ●3.5g	味噌汁 あじの干物焼 やわらかきんぴら 塩もみ 牛乳 ●584kcal ●25g ●3.0g	味噌汁 ミートボール煮 生姜和え 松味楽 牛乳 ●616kcal ●23g ●3.1g	味噌汁 しんじょうあんかけ 二色浸し 焼のり(のり佃煮)、牛乳 ●631kcal ●23g ●3.0g
昼食	パン バター ミネストローネ サラダ フルーツヨーグルト ●613kcal ●24g ●2.7g	銀かれい香味焼 焼椎茸添え なべしぎ たくあん漬(かつお節みそ) パインアップル ●570kcal ●25g ●2.5g	鶏肉竜田揚(鶏肉みそ焼) アスパラソテー 和風サラダ うずら煮豆 マンゴー・ブルーベリー ●759kcal ●27g ●1.8g	豚肉とキャベツのトマト風味炒め マカロニサラダ 辛子和え バナナ ●818kcal ●28g ●2.3g	そば、やくみくねぎ> めんつゆく山菜> 厚焼卵、生揚生姜焼、茹さや とろろ芋 ヨーグルト ●649kcal ●27g ●3.1g	チンジャオロース 卵豆腐 お浸し パインアップル ●639kcal ●31g ●2.7g	芙蓉蟹 茹アスパラ添え サラダ なす漬 りんご ●601kcal ●20g ●2.6g	黒糖ロール、クロワッサン バターロール、バター ビーフシチュー レタスとトマトのサラダ ジョア ●801kcal ●26g ●3.2g
夕食	かき玉汁 赤魚粕漬焼 いんげんソテー 南瓜煮 ごま和え ●568kcal ●25g ●2.0g	清汁 豚肉野菜炒め サラダ お浸し ●646kcal ●27g ●3.4g	味噌汁 さわらの塩焼 オクラ添え じゃが芋そぼろ煮 しば漬 ●575kcal ●29g ●3.5g	味噌汁 鯖のみそ煮、白髪ねぎ 揚げなすとピーマンのたれかけ (なす炒め煮)、ごま和え ●660kcal ●26g ●3.1g	野菜スープ ハンバーグ、デミグラスソース アスパラコンソテー 中華風春雨サラダ お浸し ●729kcal ●26g ●4.1g	味噌汁 あこう鯛ムニエル トマトソース れんこん炒め煮(南瓜煮) ごま和え ●671kcal ●25g ●3.8g	味噌汁 ぶりの照焼 茹さや 中華風酢の物 お浸し ●616kcal ●31g ●3.5g	清汁 鮭の南部焼、茹さや 切干大根炒め煮 甘酢和え ●548kcal ●30g ●3.3g
日付	5/24(土)	5/25(日)	5/26(月)	5/27(火)	5/28(水)	5/29(木)	5/30(金)	5/31(土)
朝食	味噌汁 卵蒸しあんかけ お浸し しらす干し ふりかけ、牛乳 ●579kcal ●22g ●2.8g	味噌汁 たら粕漬焼 うの花 お浸し ふりかけ、牛乳 ●566kcal ●27g ●2.7g	味噌汁 温泉卵 五目豆煮(信田煮) お浸し なめ茸佃、牛乳 ●639kcal ●28g ●3.1g	味噌汁 焼ししゃも やわらかきんぴら お浸し、味付のり(なめ茸) 牛乳 ●578kcal ●22g ●2.5g	味噌汁 ミートボール煮 茹いんげん おほか和え、しらす干し ふりかけ、牛乳 ●613kcal ●27g ●3.3g	味噌汁 がんと含め煮 やわらかきんぴら お浸し ふりかけ、牛乳 ●626kcal ●23g ●3.5g	味噌汁 中華風卵巻 大豆野菜煮 お浸し ふりかけ、牛乳 ●674kcal ●28g ●3.5g	味噌汁 あじの干物焼 なすのそぼろ煮、お浸し あみの佃煮 牛乳 ●621kcal ●29.8g ●3.4g
昼食	さわらの西京焼 ピーマンソテー 炒り豆腐 しば漬 ゼリー ●646kcal ●30g ●2.2g	豚肉と野菜の炒り煮 春雨サラダ 白樺漬 バナナ ●787kcal ●23g ●2.3g	ぎせい豆腐あんかけ 茹さや添え ごま味噌和え さくら漬 杏仁フルーツ ●600kcal ●20g ●2.3g	うどん めんつゆく鶏肉> 紅白かまぼこ シュウマイ、大学芋(さつま芋煮) マンゴー・ブルーベリー ●726kcal ●25g ●4.1g	鶏肉バター醤油焼き 人参甘煮 中華風和え物 お浸し バナナ ●599kcal ●25g ●1.7g	豚肉ごまだれかけ 茹野菜 里芋人参煮 生姜和え アロエヨーグルト ●691kcal ●29g ●1.8g	レーズンロール、黒糖ロール バターロール、バター ミネストローネ サラダ フルーツヨーグルト ●656kcal ●25g ●3.1g	たらマヨネーズ焼 茹ブロッコリー添え 冬瓜そぼろ煮 お浸し パインアップル ●649kcal ●28g ●1.8g
夕食	味噌汁 豚肉ソテー、和風おろしソース 茹ブロッコリー 酢の物 お浸し ●606kcal ●30g ●3.0g	清汁 鯖の塩焼 茹いんげん添え 卵とじ煮 ごま和え ●628kcal ●33g ●2.8g	味噌汁 スズキの照焼、オクラ添え 南瓜のサラダ おほか和え ●603kcal ●28g ●2.6g	かき玉汁 豚肉味噌漬焼、アスパラソテー ひじき炒め煮(かぶカニあん) 大根漬(梅びしお) ●602kcal ●27g ●3.5g	清汁 銀かれい香味焼 焼ピーマン マカロニサラダ たくあん漬(お浸し) ●603kcal ●28g ●2.8g	味噌汁 豆腐中華煮 酢の物 辛子和え ●562kcal ●25g ●3.5g	味噌汁 鯖の葉味焼、茹オクラ添 ぜんまい煮さつまあげ (ポテトサラダ) お浸し ●637kcal ●30g ●3.6g	味噌汁 鶏肉照焼 いんげんコンソテー 五目なます 春菊磯辺和え ●568kcal ●27g ●3.3g

お願い

お食事の変更締め切り時間は、昼食:当日9:00 夕食:13:30 朝食:前日15:30 です。食材の入荷状況により、献立が変更されることがございます。あらかじめご了承下さい。

下膳されるお盆の上には、残されましたお食事以外のもの(脱脂綿、葉の包み紙等)は、のせないで頂きますようお願い致します。

国立がん研究センター中央病院 栄養管理室

5月上旬(5月1日～5月15日分) 常食予定献立表

《食事サービス変更のお知らせ》

4月から当面の間、選択食、パン用メニュー、焼きたてパン、生果物の提供を停止させていただきます。お茶は紙パックになります。ご不便をおかけ致しますが、食事提供継続のため、ご理解頂きますようお願い申し上げます。

主食は米飯、お粥、玄米、めん、パン等が選べます。火曜日昼食はめん、金曜日昼食はパンのメニュー(主食の食札表記従来通り)になりますが、希望しない方はお申し出ください。栄養表示は、常食米飯の内容となります。 ●:エネルギー ●:たんぱく質 ●:塩分 ()内は全粥食の献立です。

日付	5/1(木)	5/2(金)	5/3(土)	5/4(日)	5/5(月)	5/6(火)	5/7(水)	5/8(木)
朝食	味噌汁 さんま生姜煮 大根信田煮 お浸し ふりかけ、牛乳 ●665kcal ●30g ●3.5g	味噌汁 五目豆煮(信田煮) 厚焼卵 お浸し ふりかけ、牛乳 ●703kcal ●28g ●3.2g	味噌汁 たら粕漬焼き 切干大根炒め煮 ごま和え 味付のり(のり佃煮)、牛乳 ●613kcal ●28g ●3.1g	味噌汁 ミートボール煮 茹かりフラワー添え ごま和え 松味楽、牛乳 ●652kcal ●24g ●3.0g	味噌汁 温泉卵 大根さつま揚煮物 ゆばおくら 牛乳 ●642kcal ●27g ●3.5g	味噌汁 焼ししゃも うの花 お浸し 焼きのり(のり佃煮)、牛乳 ●571kcal ●22g ●2.6g	味噌汁 卵蒸しあんかけ 大豆野菜煮 お浸し ふりかけ、牛乳 ●653kcal ●24g ●3.5g	味噌汁 信田煮 お浸し しらす干し ふりかけ、牛乳 ●596kcal ●23g ●3.2g
昼食	麻婆豆腐 ポイルサラダ 塩もみ バナナ ●761kcal ●27g ●1.6g	ベジロール、全粒食パン バター クリームシチュー コールスローサラダ アロエヨーグルト ●645kcal ●23g ●2.6g	生揚みそ炒め とろろ芋 お浸し パインアップル ●632kcal ●21g ●1.5g	鶏肉の香り焼 ピーマンソテー 炒り豆腐 生姜和え ゼリー ●626kcal ●30g ●1.8g	ホイコーロー 中華風サラダ お浸し 甘夏缶 ●687kcal ●27g ●2.2g	焼そば 和風サラダ ヨーグルト ●723kcal ●25g ●4.4g	タンドリーチキン いんげんコーンソテー マカロニサラダ さくら漬 ゼリー ●675kcal ●25g ●2.1g	松風焼 ピーマン・パプリカソテー 南瓜のサラダ お浸し ミニカップデザート ●703kcal ●25g ●1.6g
夕食	味噌汁 めかじきの野菜あんかけ ごま醤油和え お浸し ●524kcal ●27g ●2.7g	清汁 炊き合わせ 南瓜煮 お浸し ●513kcal ●24g ●2.7g	味噌汁 豚ヒレ生姜焼 茹アスパラ 春雨サラダ、べったら漬 ●582kcal ●28g ●2.7g	のっぺい汁 魚の竜田揚(たら山椒焼き) 焼椎茸添え 酢の物 奈良漬 ●623kcal ●27g ●4.3g	味噌汁 鯖の薬味焼 茹いんげん添え 里芋含め煮 ごま和え、かしわもち ●710kcal ●31g ●3.0g	味噌汁 ハンバーグミグラスソース ピーマン・パプリカソテー じゃが芋炒め煮 お浸し ●699kcal ●29g ●3.3g	味噌汁 ぶり照焼 オクラ添え 五目金平(冬瓜カニあんかけ) 辛子和え ●638kcal ●30g ●3.4g	味噌汁 さわらの西京焼き 人参甘煮 ごま醤油和え お浸し ●569kcal ●28g ●2.6g
日付	5/9(金)	5/10(土)	5/11(日)	5/12(月)	5/13(火)	5/14(水)	5/15(木)	
朝食	味噌汁 あじの干物焼 うの花 お浸し 牛乳 ●584kcal ●25g ●2.8g	味噌汁 ミートボール煮 茹いんげん添え お浸し 焼のり(のり佃煮)、牛乳 ●610kcal ●22g ●2.8g	味噌汁 がんも含め煮 切干大根炒め煮 お浸し ふりかけ、牛乳 ●639kcal ●23g ●3.9g	味噌汁 厚焼卵 茹アスパラ添え お浸し あみの佃煮 牛乳 ●614kcal ●23g ●2.6g	味噌汁 ほっけ塩焼き やわらかきんぴら お浸し 牛乳 ●613kcal ●27g ●3.0g	味噌汁 鮭塩焼 二色浸し 松味楽 牛乳 ●615kcal ●30g ●3.1g	味噌汁 温泉卵 なすそぼろ煮 お浸し 牛乳 ●608kcal ●26g ●2.7g	
昼食	黒糖ロール、クワッサン、バターロール バター シーフードチャウダー サラダ パインアップル ●676kcal ●23g ●3.0g	鮭のみそ焼 茹アスパラ添え れんこん炒め煮(じゃが芋煮) 二色浸し ヨーグルト ●646kcal ●28g ●2.3g	柳川風 フレンチサラダ ごま和え パインアップル ●621kcal ●21g ●1.9g	ポークカレー(ポークチャップ) (いんげんソテー) ポイルサラダ 福神漬・楽京漬(白樺漬) バナナ ●813kcal ●24g ●3.0g	スパゲティミートソース 野菜スープ サラダ アロエヨーグルト ●599kcal ●25g ●4.1g	八宝菜 ワンタンスープ煮 塩もみ ゼリー ●616kcal ●29g ●3.2g	白身魚のムニエル ピーマンソテー 香味ソース マカロニサラダ、さくら漬 りんご缶 ●715kcal ●25g ●1.8g	
夕食	味噌汁 豚肉生姜焼 茹ブロッコリー さつま芋煮 磯辺和え ●686kcal ●31g ●2.8g	味噌汁 鶏肉ケチャップソースがけ スパゲティソテー 揚なすとピーマンのたれかけ (なす炒め煮)、甘酢和え ●698kcal ●26g ●3.0g	味噌汁 鯖の塩焼 大根おろし、レモン 里芋そぼろあんかけ お浸し ●651kcal ●33g ●3.4g	清汁 ぶりの照焼 オクラ添え ひじき炒め煮(長芋煮付) モヤシ・キュウリ和え物 ●602kcal ●27g ●3.1g	味噌汁 ぎせい豆腐あんかけ 茹さや 炒り煮(かぶコンソメ煮) お浸し ●603kcal ●24g ●3.7g	味噌汁 若鶏のおろし煮 茹さや 南瓜のサラダ お浸し ●636kcal ●27g ●2.9g	味噌汁 すきやき風 酢の物 お浸し ●585kcal ●26g ●3.8g	

お願い

お食事の変更締め切り時間は、昼食:当日9:00 夕食:13:30 朝食:前日15:30 です。食材の入荷状況により、献立が変更されることがございます。あらかじめご了承下さい。

下膳されるお盆の上には、残されましたお食事以外のもの(脱脂綿、葉の包み紙等)は、のせないで頂きますようお願い致します。

国立がん研究センター中央病院 栄養管理室