## 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頂きます。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) 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 信田煮 五目豆煮(信田煮) 温泉卵 焼ししゃも さんま生姜煮 たら粕漬焼き ミートボール煮 卵蒸しあんかけ 大根信田煮 厚焼卵 切干大根炒め煮 茹カリフラワー添え 大根さつま揚煮物 大豆野菜煮 お浸し うの花 おかか和え お浸し お浸し ごま和え ごま和え ゆばおくら お浸し しらす干し ふりかけ、牛乳 味付のり(のり佃煮)、牛乳 松味楽、牛乳 焼きのり(のり佃煮)、牛乳 ふりかけ、牛乳 ふりかけ、牛乳 牛乳 ふりかけ、牛乳 665kcal ●30g ●3.5g 613kcal ●28g ●3.1g **0**652kcal **0**24g **0**3.0g 642kcal **27**g **3**.5g ● 571kcal ● 22g ● 2.6g **○**653kcal **●**24g **●**3.5g 596kcal **●**23g **●**3.2g ベジロール、全粒食パン 鶏肉の香り焼 ホイコーロー 焼そば タンドリーチキン 松風焼 麻婆豆腐 生揚みそ炒め ピーマンソテー ピーマン・パプリカソテー ボイルサラダ バター とろろ芋 中華風サラダ 和風サラダ いんげんコーンソテー 炒り豆腐 塩もみ クリームシチュー お浸し おかか和え ヨーグルト マカロニサラダ 南瓜のサラダ 食 バナナ コールスローサラダ パインアップル 生姜和え 甘夏缶 さくら漬 お浸し アロエヨーグルト ゼリー ゼリー ミニカップデザート 761kcal ●27g ●1.6g **○**645kcal **●**23g **○**2.6g 632kcal **0**21g **1**.5g 626kcal **3**0g **1**.8g 687kcal **9**27g **2**.2g 723kcal **0**25g **0**4.4g **○**675kcal **●**25g **●**2.1g 703kcal ●25g ●1.6g 味噌汁 清汁 味噌汁 のっぺい汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 鯖の薬味焼 ハンバーグドミグラスソース ぶり照焼 めかじきの野菜あんかけ 炊き合わせ 豚ヒレ生姜焼 魚の竜田揚(たら山椒焼き さわらの西京焼き 焼椎茸添え ピーマン・パプリカソテー ごま醤油和え 南瓜煮 茹アスパラ 茹いんげん添え オクラ添え 人参甘煮 食 お浸し お浸し 春雨サラダ、べったら漬 酢の物 じゃが芋炒め煮 五目金平(冬瓜カニあんかけ) ごま醤油和え 里芋含め煮 お浸し 辛子和え お浸し 奈良漬 ごま和え、かしわもち 623kcal **0**27g **0**4.3g **○**699kcal **●**29g **●**3.3g 569kcal **28**g **2**.6g 582kcal ●28g ●2.7g 710kcal **3**1g **3**.0g 638kcal **3**0g **3**.4g 5/12(月) 5/10(十) 5/14(7k)日付 5/9(金) 5/11(日) 5/13(火) 5/15(木) 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 あじの干物焼 ミートボール煮 がんも含め煮 厚焼卵 茹アスパラ添え ほっけ塩焼き 鮭塩焼 温泉卵 うの花 茹いんげん添え 切干大根炒め煮 お浸し やわらかきんぴら なすそぼろ煮 二色浸し 食 お浸し あみの佃煮 おかか和え 松味楽 お浸し お浸し お浸し ふりかけ、牛乳 牛乳. 焼のり(のり佃煮)、牛乳 牛乳 牛乳. 牛乳 牛乳 <mark>-</mark>613kcal <u>●27g ●3.0g</u> ▶584k<u>cal ●25g ●2.8g</u> 039kcal ●23g ●3.9g <mark>-</mark> 614kcal **●**23<u>g</u> <mark>●</mark>2.6g ●615kcal ●30g ●3.1g **○**608kcal **●**26g **●**2.7g 鮭のみそ焼 スパゲティミートソース 黒糖ロール、クロワッサン、バターロール 柳川風 ポークカレー(ポークチャップ 八宝菜 白身魚のムニエル 茹アスパラ添え バター フレンチサラダ (いんげんソテー) 野菜スープ ワンタンスープ煮 ピーマンソテー シーフードチャウダー れんこん炒め煮(じゃが芋煮) ボイルサラダ サラダ 香味ソース ごま和え 塩もみ サラダ ゼリー 二色浸し パインアップル 福神漬・楽京漬(白樺漬) アロエヨーグルト マカロニサラダ、さくら漬 パインアップル ヨーグルト バナナ りんご缶 ●676kcal **●**23g **●**3.0g ● 646kcal ● 28g ● 2.3g **○**621kcal **●**21g **○**1.9g **813kcal ●24g ●3.0g** 599kcal **●**25g **●**4.1g **○**616kcal **●**29g **○**3.2g 味噌汁 味噌汁 清汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 豚肉生姜焼 鶏肉ケチャップソースがけ 鯖の塩焼 ぶりの照焼 ぎせい豆腐あんかけ 茹さや 若鶏のおろし煮 すきやき風 茹ブロッコリー スパゲティソテー 大根おろし、レモン 炒り煮(かぶコンソメ煮) 酢の物 オクラ添え 茹さや

お願い

さつま芋煮

磯辺和え

686kcal

**31g 2.8g** 

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

里芋そぼろあんかけ

○651kcal ●33g ●3.4g

お浸し

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、薬の包み紙等)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

お浸し

南瓜のサラダ

○636kcal **●**27g **○**2.9g

おかか和え

お浸し

585kcal **9**26g **3**.8g

ひじき炒め煮(長芋煮付)

●602kcal ●27g ●3.1g

モヤシ・キュウリ和え物

## 4月下旬(4月16日~4月30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頂きます。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。								
日付	4/16(水)	4/17(木)	4/18(金)	4/19(土)	4/20(日)	4/21(月)	4/22(火)	4/23(水)
料	味噌汁 あじの干物焼 やわらかきんぴら 塩もみ 牛乳 ● 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	しんじょうあんかけ なすそぼろ煮 二色浸し	味噌汁 卵蒸しあんかけ お浸し しらす干し ふりかけ、牛乳 ●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	五目豆煮(信田煮) お浸し なめ茸佃、牛乳		味噌汁 ミートボール煮 茹いんげん おかか和え、しらす干し ふりかけ、牛乳 <mark>●</mark> 613kcal ●27g ●3.3g
昼食		サラダ なす漬	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	ピーマンソテー 炒り豆腐 しば漬 ゼリー	春雨サラダ 白樺漬 バナナ	茹さや添え ごま味噌和え	シュウマイ、大学芋(さつま芋煮) マンゴー・ブルーベリー	バナナ
夕食	あこう鯛ムニエル トマトソース		鮭の南部焼、茹さや 切干大根炒め煮 甘酢和え	キャベツスープ 豚肉ソテー、和風おろしソース	清汁 鯖の塩焼 茹いんげん添え 卵とじ煮 ごま和え	味噌汁 スズキの照焼、オクラ添え 南瓜のサラダ おかか和え	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)	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)
日付	4/24(木)	4/25(金)	4/26(土)	4/27(日)	4/28(月)	4/29(火)	4/30(水)	.0
朝食			あじの干物焼 なすのそぼろ煮、お浸し あみの佃煮 牛乳	味噌汁 しんじょうあんかけ うの花 お浸し ふりかけ、牛乳 <mark>●</mark> 664kcal ●25g ●3.4g	お浸し ふりかけ、牛乳	ゆばおくら	味噌汁 塩鮭焼き 生姜和え やわらかきんぴら 牛乳 ●641kcal ●31g ●3.2g	
	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	ミネストローネ サラダ	茹ブロッコリー添え 冬瓜そぼろ煮	八宝菜 ごま和え さくら漬 バナナ <mark>●</mark> 618kcal ●30g ●2.8g	ハヤシライス (牛肉の生姜焼・ピーマンソテー) サラダ 楽京漬(白樺漬) パインアップル ○746kcal ●23g ●2.8g	だし巻き卵、えびシューマイ さつま芋甘煮	ポークチャップ アスパラソテー 冬瓜コンソメ煮 お浸し バナナ ●720kcal ●28g ●2.0g	
夕食	味噌汁 豆腐中華煮 酢の物 辛子和え ● 562kcal ● 25g ● 3.5g	鯖の薬味焼、茹オクラ添 ぜんまい煮さつまあげ (ポテトサラダ)	鶏肉照焼 いんげんコーンソテー 五目なます	白身魚のムニエル トマトソースかけ、茹アスパラ	清汁 さわらの西京焼 茹いんげん添え 長芋梅和え 生姜和え ● 559kcal ● 27g ● 2.6g		味噌汁 さわら梅風味焼き オクラ添え わさび和え 甘酢和え ●535cal ●28g ●2.2g	

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、薬の包み紙等)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