

予定・実施献立表

香川県立中央病院 胃 3分菜 非 2023年1月16日(月)～ 2023年1月22日(日)

	1月16日(月)	1月17日(火)	1月18日(水)	1月19日(木)	1月20日(金)	1月21日(土)	1月22日(日)
朝食	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 味噌汁(白菜・月・3分) 中みそ 8.00 白菜 35.00 人参 10.00 南瓜煮付 かぼちゃ 70.00 砂糖 3.00 こいくちしょうゆ 5.00 煮浸し(青菜・卵) 青菜 70.00 卵 20.00 こいくちしょうゆ 3.00 牛乳 牛乳200ml 206.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 味噌汁(卵・火・3分) 中みそ 8.00 卵 20.00 玉ねぎ 15.00 煮浸し(小松菜) 小松菜 70.00 こいくちしょうゆ 3.00 じゃがいも煮付 じゃがいも 80.00 砂糖 3.00 こいくちしょうゆ 4.00 牛乳 牛乳200ml 206.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 味噌汁(水・3分) 中みそ 8.00 大根 35.00 人参 10.00 高野含煮 高野豆腐 8.25 砂糖 2.00 こいくちしょうゆ 3.00 お浸し(ほう) ほうれん草 70.00 うすくちしょうゆ 2.50 みりん 2.50 牛乳 牛乳200ml 206.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 味噌汁(木・3分) 中みそ 8.00 さつまいも 20.00 大根 20.00 玉ねぎ 20.00 だし巻卵(朝食) だし巻卵 37.50 お浸し まな 70.00 うすくちしょうゆ 2.50 みりん 2.50 牛乳 牛乳200ml 206.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 味噌汁(じゃが芋・金・3分) 中みそ 8.00 じゃがいも 20.00 玉ねぎ 20.00 人参 10.00 煮浸し(白菜・はんぺん) 白菜 70.00 はんぺん 10.00 こいくちしょうゆ 3.00 煮奴 ソフト豆腐 53.00 砂糖 1.50 こいくちしょうゆ 1.50 うすくちしょうゆ 1.50 牛乳 牛乳200ml 206.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 味噌汁(豆腐・土・3分) 中みそ 8.00 ソフト豆腐 40.00 なすの煮付 なす 60.00 砂糖 2.00 こいくちしょうゆ 3.00 たいみそ たいみそ 9.00 牛乳 牛乳200ml 206.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 味噌汁(南瓜・日・3分) 中みそ 8.00 かぼちゃ 20.00 キャベツ 30.00 玉ねぎ 15.00 つき大根煮付 大根 80.00 こいくちしょうゆ 3.00 砂糖 2.00 卵豆腐(既1/2) ミニ玉子豆腐 50.00 牛乳 牛乳200ml 206.00
昼食	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 すきやき(麩・ささみ) 若鶏ささ身 そぎ切 40.00 はるさめ 5.00 大根 50.00 白菜 70.00 玉ねぎ 30.00 人参 10.00 強力麩 3.00 砂糖 5.00 こいくちしょうゆ 7.00 里芋煮付 さといも 80.00 砂糖 2.00 こいくちしょうゆ 5.00 お浸し(ほう) ほうれん草 70.00 うすくちしょうゆ 2.50 みりん 2.50	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 中華煮(肉なし) むきえび 20.00 うずら卵缶 1号缶 32.00 人参 20.00 白菜 70.00 ブロッコリー 20.00 サラダ油 3.00 かたくり粉 3.00 塩 0.20 うすくちしょうゆ 3.00 コンソメ 2.00 煮浸し(キャ・はんぺん) キャベツ 70.00 はんぺん 10.00 こいくちしょうゆ 3.00 なすの煮付 なす 80.00 砂糖 2.00 こいくちしょうゆ 3.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 煮魚 煮魚 70g 70.00 砂糖 5.00 こいくちしょうゆ 10.00 酒(料理用) 2.00 いんげん 10.00 和え物(まな・人参) まな 70.00 人参 10.00 こいくちしょうゆ 3.00 じゃがいも煮付 じゃがいも 80.00 砂糖 3.00 こいくちしょうゆ 4.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 味噌煮(魚) 煮魚 70g 70.00 赤みそ 12.00 砂糖 5.00 酒(料理用) 1.00 いんげん 10.00 里芋煮付 さといも 70.00 こいくちしょうゆ 4.00 砂糖 3.00 炒煮(キャ・卵・玉・人参) 卵 15.00 キャベツ 50.00 玉ねぎ 20.00 人参 7.00 塩 0.50 うすくちしょうゆ 2.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 ささみの煮付け(イゲン) 若鶏ささ身 そぎ切 80.00 かたくり粉 4.00 さつまいも 50.00 いんげん 10.00 こいくちしょうゆ 8.00 砂糖 5.00 吉野煮(青梗・かに) チンゲン菜 80.00 かに缶 T2号 10.00 砂糖 2.00 塩 0.10 こいくちしょうゆ 3.00 かたくり粉 1.00 つき大根煮付(人参) 大根 70.00 人参 10.00 こいくちしょうゆ 3.00 砂糖 2.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 魚のおろし煮 煮魚 70g 70.00 酒(料理用) 2.00 大根 40.00 うすくちしょうゆ 7.00 砂糖 4.00 いんげん 10.00 いりどり(ささみ・里芋) 若鶏ささ身 そぎ切 20.00 さといも 50.00 玉ねぎ 30.00 人参 15.00 砂糖 3.00 こいくちしょうゆ 5.00 お浸し(白菜) 白菜 70.00 うすくちしょうゆ 2.50 みりん 2.50	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 ささみのじぶ煮 若鶏ささ身 そぎ切 80.00 かたくり粉 4.00 こいくちしょうゆ 6.00 砂糖 4.00 キャベツ 40.00 人参 10.00 こいくちしょうゆ 1.00 卵とじ煮 卵 30.00 玉ねぎ 60.00 人参 15.00 いんげん 5.00 砂糖 2.50 こいくちしょうゆ 2.00 うすくちしょうゆ 2.00 みそ和え(なす) なす 80.00 中みそ 5.00 砂糖 2.00
夕食	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 白身魚の柳川風 卵 50.00 魚20g(煮) 60.00 玉ねぎ 40.00 人参 10.00 きぬさや 5.00 砂糖 2.00 うすくちしょうゆ 3.00 こいくちしょうゆ 3.00 みりん 1.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 蒸魚あんかけ 蒸魚(白身)70g 70.00 玉ねぎ 50.00 人参 10.00 きぬさや 5.00 砂糖 2.00 うすくちしょうゆ 4.00 かたくり粉 1.00 卵豆腐 卵 40.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 ささみのくず煮(卵) 若鶏ささ身 そぎ切 40.00 かたくり粉 2.00 うずら卵缶 1号缶 24.00 人参 20.00 ブロッコリー 30.00 かたくり粉 3.00 塩 0.20 うすくちしょうゆ 5.00 そぼろ煮(南瓜・ささみ) 若鶏ささ身ミンチ 10.00 かぼちゃ 80.00 砂糖 3.00 こいくちしょうゆ 5.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 肉じゃが(ささみ) 若鶏ささ身 そぎ切 50.00 じゃがいも 80.00 玉ねぎ 60.00 人参 20.00 砂糖 5.00 こいくちしょうゆ 7.00 清汁(白菜) 白菜 40.00 人参 10.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 蒸魚 蒸魚(白身)70g 70.00 塩 0.50 酒(料理用) 2.00 だし割醤油 3.00 ブロッコリー 30.00 里芋煮付 さといも 80.00 砂糖 2.00 こいくちしょうゆ 5.00 かき玉汁(卵のみ) 卵 30.00 うすくちしょうゆ 3.00 塩 0.40	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 おでん(3分) ゆで卵 50.00 ソフト豆腐 40.00 若鶏ささ身 そぎ切 20.00 大根 50.00 じゃがいも 50.00 うすくちしょうゆ 4.00 白みそ 6.00 砂糖 1.50 煮浸し(キャ・玉) キャベツ 30.00 玉ねぎ 30.00 人参 10.00 こいくちしょうゆ 3.00	三分がゆ 精白米 30.00 新玄 0.06 煮魚 煮魚 70g 70.00 砂糖 5.00 こいくちしょうゆ 10.00 酒(料理用) 2.00 いんげん 10.00 いり豆腐(肉なし) もめん豆腐 50.00 玉ねぎ 30.00 人参 10.00 こいくちしょうゆ 5.00 ふの汁

清汁(はるさめ・3分)			えび入り団子	28.00	煮浸し(青梗)		中みそ	6.00	ミニジュース(3分菜)		お浸し		強力麩	2.00
ソフト豆腐	40.00		白菜	20.00	チンゲン菜	70.00	砂糖	4.00	ミニジュース 1 2	125.00	青菜	70.00	うすくちしょうゆ	2.00
はるさめ	3.00		うすくちしょうゆ	2.00	こいくちしょうゆ	3.00					うすくちしょうゆ	2.50	塩	0.10
うすくちしょうゆ	3.00		塩	0.30			ミニジュース(3分菜)				みりん	2.50	ミニジュース(3分菜)	
塩	0.40						ミニジュース 1 2	125.00			ミニジュース(3分菜)		ミニジュース 1 2	125.00
ミニジュース(3分菜)			ミニジュース(3分菜)								ミニジュース 1 2	125.00		
ミニジュース 1 2	125.00		ミニジュース 1 2	125.00										