◆◆◆献立一覧表◆

2026年11月1日（日）鴨川国保病院

朝食

糖尿病食1600 0食	高血圧・心臓病食 0食	腎臓食P40 1600 0食	易消化食 0食	貧血食 0食	肝臓病食 0食	膵臓食・胆嚢病食 0食	脂質異常症食 0食	痛風食 0食
米飯	米飯	低たんぱくご飯	全粥	米飯	米飯	全粥	米飯	米飯
・精白米 g	→		・精白米 g	・精白米 g	・精白米 g	→	・精白米 g	→
	→	→	→	→	→	→	→	→
味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
冷)低ナトス・250g	→	→	→	→	→	→	→	→
冷)キヌサヤ・500g	→	→	→	→	→	→	→	→
米みそ 淡色辛みそ	米みそ 淡色辛みそ	→	米みそ 淡色辛みそ	→	→	→	→	→
だしの素 煮干だし	だしの素 煮干だし	→	だしの素 煮干だし	→	→	→	→	→
水	水	→	水	→	→	→	→	→
ビーフンのひき肉炒め	ビーフンのひき肉炒め	ビーフンのひき肉炒め	ビーフンのひき肉炒め	ビーフンのひき肉炒め	ビーフンのひき肉炒め	ビーフンのひき肉炒め	ビーフンのひき肉炒め	ビーフンのひき肉炒め
ビーフン1kg	→	→	→	→	→	→	→	→
豚ひき肉（もも）	→	→	→	→	→	→	→	→
C）むきたまねぎ	→	→	→	→	→	→	→	→
しめじ 生冷凍	→	→	→	しめじ 生冷凍	→	→	しめじ 生冷凍	→
サラダ油	→	→	→	→	→	→	→	→
食塩	→	→	→	→	→	→	→	→
中華味	→	→	→	→	→	→	→	→
料理酒	→	→	→	→	→	→	→	→
みりん風調味料	→	→	→	→	→	→	→	→
白こしょう	→	→	水	白こしょう	→	水	白こしょう	→
青梗菜のサラダ	青梗菜のサラダ	青梗菜のサラダ	青梗菜のサラダ	青梗菜のサラダ	青梗菜のサラダ	青梗菜のサラダ	青梗菜のサラダ	青梗菜のサラダ
冷)チンゲン菜・カット	→	→	→	→	→	→	→	→
冷）にんじん千切 50g	→	→	→	→	→	→	→	→
和風ごまドレッシング	→	→	→	→	→	→	→	→
たいみそ	たいみそ	たいみそ	たいみそ	たいみそ	たいみそ	たいみそ	たいみそ	たいみそ
三島たいみそ8g 1	→	→	→	→	→	→	→	→
牛乳	牛乳	元気ジンジン	牛乳	ヨーグルト	牛乳	ヨーグルト	牛乳	牛乳
牛乳200ml・ 1	→	1 本	牛乳200ml・ 1	1	牛乳200ml・ 1	1	牛乳200ml・ 1	→
				鉄ゼリー				
				ナゲカ鉄ゼリーなどより 1				
エネルギー 520kcal	エネルギー 513kcal	エネルギー 576kcal	エネルギー 504kcal	エネルギー 446kcal	エネルギー 572kcal	エネルギー 510kcal	エネルギー 520kcal	エネルギー 520kcal
たんぱく質 17.2g	たんぱく質 16.7g	たんぱく質 6g	たんぱく質 17g	たんぱく質 12.5g	たんぱく質 18.1g	たんぱく質 14.3g	たんぱく質 17.2g	たんぱく質 17.2g
脂質 13g	脂質 12.8g	脂質 5.5g	脂質 13g	脂質 6.5g	脂質 13.2g	脂質 6.6g	脂質 13g	脂質 13g
食塩相当量 2.6g	食塩相当量 2g	食塩相当量 1.8g	食塩相当量 2.6g	食塩相当量 2.5g	食塩相当量 2.6g	食塩相当量 2.5g	食塩相当量 2.6g	食塩相当量 2.6g
炭水化物 86.2g	炭水化物 85.4g	炭水化物 128.9g	炭水化物 82.4g	炭水化物 83.9g	炭水化物 97.9g	炭水化物 98g	炭水化物 86.2g	炭水化物 86.2g
カルシウム 403mg	カルシウム 399mg	カルシウム 284mg	カルシウム 404mg	カルシウム 374mg	カルシウム 403mg	カルシウム 376mg	カルシウム 403mg	カルシウム 403mg

昼食

糖尿病食1600 0食	高血圧・心臓病食 0食	腎臓食P40 1600 0食	易消化食 0食	貧血食 0食	肝臓病食 0食	膵臓食・胆嚢病食 0食	脂質異常症食 0食	痛風食 0食
米飯	米飯	米飯	全粥	米飯	米飯	全粥	米飯	米飯
・精白米 g	→	・精白米 g	・精白米 g	・精白米 g	・精白米 g	→	・精白米 g	→
味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
冷)ほうれん草・10F	→	→	ほうれん草・10F	冷)ほうれん草・10F	→	冷)ほうれん草・10F	→	→
しめじ 生冷凍	→	→	みそ 淡色辛みそ	しめじ 生冷凍	→	みそ 淡色辛みそ	→	→
米みそ 淡色辛みそ	米みそ 淡色辛みそ	→	だしの素 煮干だし	米みそ 淡色辛みそ	→	だしの素 煮干だし	→	→
だしの素 煮干だし	だしの素 煮干だし	→	水	だしの素 煮干だし	→	水	→	→
水	水	→		水	→		→	→
豚肉の中華焼き	豚肉の中華焼き	豚肉の中華焼き	鶏肉の照り煮	豚肉の中華焼き	豚肉の中華焼き	鶏肉の照り煮	豚肉の中華焼き	豚肉の中華焼き
豚小間並	→	豚小間並	鶏もも切身20g	豚小間並	→	鶏モモ皮なし20g	豚小間並	→
冷)長葱カット・1kg	→	→	冷）葉平1/4カット	冷)長葱カット・1kg	→	冷）葉平1/4カット	冷)小松菜・カット	→
冷)小松菜・カット	→	→	C）むきたまねぎ	冷)小松菜・カット	→	C）むきたまねぎ	C）むきたまねぎ	→
C）むきたまねぎ	→	→	冷）にんじん・乱切	C）むきたまねぎ	→	冷）にんじん・乱切	冷）にんじん・乱切	→
冷)ピーマンスライス	→	→	砂糖	冷)ピーマンスライス	→	砂糖	冷)ピーマンスライス	→
胡麻油（調合）	→	→	濃口醤油	胡麻油（調合）	→	濃口醤油	胡麻油（調合）	→
おろし生姜	→	→	みりん風調味料	おろし生姜	→	みりん風調味料	おろし生姜	→
砂糖	→	→	だしの素 煮干だし	砂糖	→	だしの素 煮干だし	砂糖	→
濃口醤油	→	→	水	濃口醤油	→	水	濃口醤油	→
料理酒	→	→		→	→		→	→
南瓜の甘煮	南瓜の甘煮	南瓜の甘煮	南瓜の甘煮	南瓜の甘煮	南瓜の甘煮	南瓜の甘煮	南瓜の甘煮	南瓜の甘煮
冷）南瓜乱切り	→	→	→	→	→	→	→	→
砂糖	→	→	→	→	→	→	→	→
濃口醤油	→	→	→	→	→	→	→	→
だしの素 煮干だし	→	→	→	→	→	→	→	→
水	→	→	→	→	→	→	→	→
ブロッコリーサラダ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリーサラダ
冷）ブロッコリー1/2	→	→	→	→	→	→	→	→
ツナフレーク 缶1/4缶	→	→	→	→	→	→	→	→
中華ドレッシング	→	→	→	→	→	→	中華ドレッシング	→
			ブリックゼリー					
			1					
エネルギー 536kcal	エネルギー 529kcal	エネルギー 461kcal	エネルギー 609kcal	エネルギー 485kcal	エネルギー 588kcal	エネルギー 533kcal	エネルギー 536kcal	エネルギー 536kcal
たんぱく質 26.4g	たんぱく質 25.9g	たんぱく質 21.2g	たんぱく質 25.9g	たんぱく質 25.5g	たんぱく質 27.3g	たんぱく質 25.9g	たんぱく質 26.4g	たんぱく質 26.4g
脂質 14g	脂質 13.8g	脂質 11.7g	脂質 17.8g	脂質 13.9g	脂質 14.2g	脂質 8.3g	脂質 14g	脂質 14g
食塩相当量 3g	食塩相当量 2.4g	食塩相当量 2.3g	食塩相当量 3.1g	食塩相当量 3g	食塩相当量 3g	食塩相当量 2.6g	食塩相当量 3g	食塩相当量 3g
炭水化物 80.6g	炭水化物 79.8g	炭水化物 72.1g	炭水化物 88.8g	炭水化物 69g	炭水化物 92.3g	炭水化物 92.9g	炭水化物 80.6g	炭水化物 80.6g
カルシウム 115mg	カルシウム 111mg	カルシウム 110mg	カルシウム 124mg	カルシウム 114mg	カルシウム 115mg	カルシウム 80mg	カルシウム 115mg	カルシウム 115mg

夕食

糖尿病食1600 0食	高血圧・心臓病食 0食	腎臓食P40 1600 0食	易消化食 0食	貧血食 0食	肝臓病食 0食	膵臓食・胆嚢病食 0食	脂質異常症食 0食	痛風食 0食
米飯	米飯	低たんぱくご飯	全粥	米飯	米飯	全粥	米飯	米飯
・精白米 g	→		・精白米 g	・精白米 g	・精白米 g	→	・精白米 g	→
	→	→	→	→	→	→	→	→
白身魚のカレームニエル	白身魚のカレームニエル	白身魚のカレームニエル	白身魚のカレームニエル	白身魚のカレームニエル	白身魚のカレームニエル	白身魚の変つけ	白身魚のカレームニエル	白身魚のカレームニエル
骨なし助宗タラ60g 切	→	骨なし助宗タラ60g 切	骨なし赤ホキ60g 切	骨なし助宗タラ60g 切	→	骨なし赤ホキ60g 切	骨なし助宗タラ60g 切	→
食塩	→	→	砂糖	食塩	→	砂糖	食塩	→
白こしょう	→	→	濃口醤油	白こしょう	→	濃口醤油	白こしょう	→
カレーフレーク ハウスバル	→	→	みりん風調味料	カレーフレーク ハウスバル	→	みりん風調味料	カレーフレーク ハウスバル	→
カレー粉	→	→	料理酒	カレー粉	→	料理酒	カレー粉	→
薄力小麦粉★	→	→	だしの素 煮干だし	薄力小麦粉★	→	だしの素 煮干だし	薄力小麦粉★	→
サラダ油	→	→	水	サラダ油	→	水	サラダ油	→
冷)インゲン・カット	→	→	冷)ほうれん草・10F	冷)インゲン・カット	→	冷)インゲン・カット	冷)インゲン・カット	→
食塩	→	→	冷）にんじん千切 50g	食塩	→	食塩	食塩	→
じゃが芋のひき肉炒め	じゃが芋のひき肉炒め	じゃが芋のひき肉炒め	じゃが芋のコンソメ煮	じゃが芋のひき肉炒め	じゃが芋のひき肉炒め	じゃが芋のコンソメ煮	じゃが芋のひき肉炒め	じゃが芋のひき肉炒め
冷）じゃが芋千切り	→	→	冷）じゃが芋乱切り	冷）じゃが芋千切り	→	冷）じゃが芋乱切り	冷）じゃが芋千切り	→
ベーコン	→	→	サラダ油	ベーコン	→	サラダ油	ベーコン	→
冷)むき枝豆	→	→	コンソメ	冷)むき枝豆	→	コンソメ	冷)むき枝豆	→
サラダ油	→	→	食塩	サラダ油	→	食塩	サラダ油	→
コンソメ	→	→	水	コンソメ	→	水	コンソメ	→
食塩	→	→	冷)キヌサヤ・500g	食塩	→	冷)キヌサヤ・500g	食塩	→
白こしょう	→	→			→			→
かぶのマヨ和え	かぶのマヨ和え	かぶのマヨ和え	かぶのマヨ和え	かぶのマヨ和え	かぶのマヨ和え	かぶのドレッシング和え	かぶのマヨ和え	かぶのマヨ和え
冷）かぶいちょう切	→	→	→	→	→	→	→	→
冷)蔵だいこん	→	→	→	→	→	→	→	→
マヨネーズ	→	→	→	→	→		マヨネーズ	→
食塩			→	→	→		→	→
エネルギー 514kcal	エネルギー 514kcal	エネルギー 559kcal	エネルギー 419kcal	エネルギー 463kcal	エネルギー 566kcal	エネルギー 432kcal	エネルギー 514kcal	エネルギー 514kcal
たんぱく質 20g	たんぱく質 20g	たんぱく質 12.5g	たんぱく質 16.6g	たんぱく質 19.1g	たんぱく質 20.9g	たんぱく質 17.9g	たんぱく質 20g	たんぱく質 20g
脂質 16.9g	脂質 16.9g	脂質 17.1g	脂質 9.9g	脂質 16.8g	脂質 17.1g	脂質 3.8g	脂質 16.9g	脂質 16.9g
食塩相当量 1.7g	食塩相当量 1.4g	食塩相当量 1.3g	食塩相当量 1.3g	食塩相当量 1.7g	食塩相当量 1.7g	食塩相当量 1.5g	食塩相当量 1.7g	食塩相当量 1.7g
炭水化物 70.3g	炭水化物 70.3g	炭水化物 88g	炭水化物 66.8g	炭水化物 58.7g	炭水化物 82g	炭水化物 82.6g	炭水化物 70.3g	炭水化物 70.3g
カルシウム 168mg	カルシウム 168mg	カルシウム 170mg	カルシウム 176mg	カルシウム 167mg	カルシウム 168mg	カルシウム 177mg	カルシウム 168mg	カルシウム 168mg

一日計

糖尿病食1600 0食	高血圧・心臓病食 0食	腎臓食P40 1600 0食	易消化食 0食	貧血食 0食	肝臓病食 0食	膵臓食・胆嚢病食 0食	脂質異常症食 0食	痛風食 0食
エネルギー 1570kcal	エネルギー 1556kcal	エネルギー 1596kcal	エネルギー 1532kcal	エネルギー 1394kcal	エネルギー 1726kcal	エネルギー 1475kcal	エネルギー 1570kcal	エネルギー 1570kcal
たんぱく質 63.6g	たんぱく質 62.6g	たんぱく質 39.7g	たんぱく質 59.5g	たんぱく質 57.1g	たんぱく質 66.3g	たんぱく質 58.1g	たんぱく質 63.6g	たんぱく質 63.6g
脂質 43.9g	脂質 43.5g	脂質 34.3g	脂質 40.7g	脂質 37.2g	脂質 44.5g	脂質 18.7g	脂質 43.9g	脂質 43.9g
食塩相当量 7.3g	食塩相当量 5.8g	食塩相当量 5.4g	食塩相当量 7g	食塩相当量 7.2g	食塩相当量 7.3g	食塩相当量 6.6g	食塩相当量 7.3g	食塩相当量 7.3g
炭水化物 237.1g	炭水化物 235.5g	炭水化物 289g	炭水化物 238g	炭水化物 211.6g	炭水化物 272.2g	炭水化物 273.5g	炭水化物 237.1g	炭水化物 237.1g
カルシウム 686mg	カルシウム 678mg	カルシウム 564mg	カルシウム 704mg	カルシウム 655mg	カルシウム 686mg	カルシウム 633mg	カルシウム 686mg	カルシウム 686mg