

旬菜のカラフルパワーでからだにエネルギー補給!

浅川産婦人科医院

| 朝 食  | 昼 食  | 夕 食  | 朝 食  | 昼 食   | 夕 食  |
|--|--|--|--|---|--|
| 焼き魚<br>かぼちゃの甘辛ごま炒め<br>めかぶあん・漬物<br>厚揚げのおろしのせ<br>味噌汁・御飯<br>牛乳<br>705kcal           | チキンカレー<br>シーフードと枝豆のサラダ<br>レモンゼリーフルーツ添え<br>スープ<br>899kcal                                     | 【松花堂弁当】<br>揚げ魚の黒胡麻入りマヨソース<br>豚の角煮・冷やし浸し<br>トマトと冬瓜冷製仕立てゼリーがけ<br>にがうりのナッツ和え<br>味噌汁・赤米御飯<br>770kcal | 焼き魚<br>かぼちゃの甘辛ごま炒め<br>めかぶあん・漬物<br>厚揚げのおろしのせ<br>味噌汁・御飯<br>牛乳<br>705kcal           | シーフードカレー<br>ジャーマンポテト<br>グリーンサラダ<br>果物<br>スープ<br>709kcal                                       | 【松花堂弁当】<br>魚のアーモンド揚げ<br>豚肉とゴーヤのみそ炒め<br>出し巻き卵・辛子和え<br>冬瓜の旨出しゼリーかけ<br>お吸い物・赤米御飯<br>748kcal |
| ウインナーと温野菜<br>焼き立てパン<br>コーンフレーク<br>さつまいものポターージュ<br>季節のジュース<br>930kcal             | 冷やし中華<br>豆腐とはんぺんのふわり焼き<br>大根の中華風和え物<br>デザート<br>中華スープ<br>746kcal                              | 【ハワイアンディナー】<br>モチコチキン<br>ガーリックシュリンプ<br>チョップドサラダ<br>果物<br>スープ・御飯<br>744kcal                       | ウインナーと温野菜<br>焼き立てパン<br>コーンフレーク<br>さつまいものポターージュ<br>季節のジュース<br>930kcal             | 【コリアンランチ】<br>韓国冷麺<br>野菜たっぷりデジボックム<br>ゴーヤとツナの和え物<br>果物<br>ウーロン茶<br>788kcal                     | 【ハワイアンディナー】<br>モチコチキン<br>ガーリックシュリンプ<br>チョップドサラダ<br>果物<br>スープ・御飯<br>750kcal               |
| 鶏飯(鹿児島県郷土料理)<br>魚の素焼き<br>あさりと白滝の炒り煮<br>青菜の煮浸し<br>浅漬け<br>ヨーグルト<br>609kcal         | 【Sandwich Lunch】<br>サンドウィッチ<br>ミートローフ<br>レーズン入りコルスローサラダ<br>果物<br>スープ<br>904kcal              | カリフォルニア巻き(ごま)<br>いなり寿司<br>豚肉のしそ挟み揚げ<br>含め煮<br>いんげんの赤味噌和え<br>お吸い物<br>833kcal                      | 鶏飯(鹿児島県郷土料理)<br>魚の素焼き<br>あさりと白滝の炒り煮<br>青菜の煮浸し<br>浅漬け<br>ヨーグルト<br>609kcal         | 【ランチプレート】<br>ジャークチキン<br>アスパラのベーコン巻き<br>チーズドレッシングサラダ<br>果物<br>スープ・ビーンズライス<br>767kcal           | カリフォルニア巻き(ごま)<br>いなり寿司<br>豚肉のしそ挟み揚げ<br>含め煮<br>いんげんの赤味噌和え<br>お吸い物<br>833kcal              |
| エッグベネディクト<br>人参パオオープンサンド<br>サラダ<br>きゃべつのスープ<br>季節のジュース<br>648kcal                | 魚のごま油焼き<br>きくらげと厚揚げの炒め物<br>冷やし味噌盛り<br>果物<br>味噌汁<br>いかと赤米の炊き込みご飯<br>687kcal                   | 豚肉のマスタードソース<br>かぼちゃのレモンバター煮<br>サラダ<br>果物<br>スープ<br>御飯<br>727kcal                                 | エッグベネディクト<br>人参パオオープンサンド<br>サラダ<br>きゃべつのスープ<br>季節のジュース<br>648kcal                | 【郷土料理ランチ】<br>魚の韓国風煮付け<br>茄子と仙台麩の炒め物<br>笹かまどきゅうりのわさび風味<br>白玉のずんだあえ<br>おくずかけ(宮城県)・御飯<br>729kcal | 豚肉のマスタードソース<br>かぼちゃのレモンバター煮<br>サラダ<br>果物<br>スープ<br>御飯<br>727kcal                         |
| 【WA御膳】<br>焼き魚<br>小松菜と桜えびの炒め物<br>トマトと青しその和風サラダ<br>煮豆・ごま豆腐・味噌汁・御飯<br>牛乳<br>690kcal | オムライス<br>茄子の和風ピザ<br>フレッシュサラダ<br>果物<br>スープ<br>787kcal   | 魚の唐揚げ甘酢ソース<br>いかしゅうまい<br>海藻中華サラダ<br>果物<br>中華スープ<br>御飯<br>672kcal                                 | 【WA御膳】<br>焼き魚<br>小松菜と桜えびの炒め物<br>トマトと青しその和風サラダ<br>煮豆・ごま豆腐・味噌汁・御飯<br>牛乳<br>690kcal | 和風ハンバーグ<br>帆立のソテー<br>サラダ<br>果物<br>スープ<br>御飯<br>888kcal  | 魚の唐揚げ甘酢ソース<br>いかしゅうまい<br>海藻中華サラダ<br>果物<br>中華スープ<br>御飯<br>672kcal                         |
| ポトフ風スープ<br>ボリュームシーザーサラダ<br>果物<br>焼き立てパン<br>ヨーグルトドリンク<br>767kcal                  | とろろそば<br>はんぺんのチーズソテー<br>きゅうりの塩昆布漬け<br>果物<br>生姜ごはん<br>659kcal                                 | 【松花堂弁当】<br>豚肉のロースト<br>魚の青じそパン粉焼き<br>枝豆とみょうがの白和え・お浸し<br>野菜の酢味噌かけ<br>お吸い物・赤米御飯<br>883kcal          | ポトフ風スープ<br>シーザーサラダ<br>果物<br>焼き立てパン<br>ヨーグルトドリンク<br>767kcal                       | ぶっかけ豆豚しゃぶうどん<br>えびと夏野菜の揚げ南蛮<br>キャベツの和え物<br>果物<br>ゆかり御飯<br>855kcal                             | 【松花堂弁当】<br>魚の香り焼き<br>鶏の梅味噌焼き<br>含め煮・ほうれん草の浸し<br>もずくの酢の物<br>お吸い物・赤米御飯<br>690kcal          |
| お麩のチャンプルー風<br>昆布とさつま揚げの煮物<br>野菜のおかかまぶし<br>かまぼこ<br>漬物・味噌汁・御飯<br>牛乳<br>731kcal     | 【Donburi ランチ】<br>ソースかつ丼<br>いかと青梗菜のソテー<br>レタスとワタチンチップのサラダ<br>果物<br>とろろ昆布と夏野菜の和風スープ<br>786kcal | 【旬菜ディナー】<br>魚のソテー<br>夏野菜カレーソース<br>ブランケット<br>スプラウトのサラダ<br>果物・スープ・御飯<br>864kcal                    | お麩のチャンプルー風<br>昆布とさつま揚げの煮物<br>野菜のおかかまぶし<br>かまぼこ<br>漬物・味噌汁・御飯<br>牛乳<br>633kcal     | 【Donburi ランチ】<br>肉味噌ビビンバ丼<br>たごぶつガーリック<br>アボカドとトマトのワサビドレッシング<br>果物<br>中華スープ<br>727kcal        | 【旬菜ディナー】<br>魚のソテー<br>夏野菜カレーソース<br>ブランケット<br>スプラウトのサラダ<br>果物・スープ・御飯<br>783kcal            |
| オレンジ風味のフレンチトースト<br>ソーセージとポテトの温サラダ<br>ヨーグルト<br>果物<br>スープ<br>ハーブティー<br>793kcal     | 【郷土料理ランチ】<br>チキン南蛮 タルタルソース<br>豆腐ステーキ<br>オクラの煮浸し<br>漬物<br>豚汁・玄米ごはん<br>827kcal                 | 【中華御膳】<br>回鍋肉<br>えびとくるみのチリ餃子<br>中華風酢の物<br>マンゴーとレモネードのゼリー<br>中華スープ・御飯<br>811kcal                  | オレンジ風味のフレンチトースト<br>ソーセージとポテトの温サラダ<br>ヨーグルト<br>果物<br>スープ<br>ハーブティー<br>837kcal     | サーモンのブニエロ<br>ローズマリー風味<br>ラタトゥイユ<br>蒸し茄子のピリッとサラダ<br>果物<br>スープ・御飯<br>787kcal                    | 【中華御膳】<br>回鍋肉<br>えびとくるみのチリ餃子<br>中華風酢の物<br>マンゴーとレモネードのゼリー<br>中華スープ・御飯<br>811kcal          |
| 【WA御膳】<br>白身魚のマヨネーズ焼き<br>炒め煮<br>青菜と油揚げの梅じゃこ和え<br>焼き海苔・味噌汁・御飯<br>牛乳<br>678kcal    | 【ランチプレート】<br>タコライス<br>人参しりしり<br>温野菜<br>サイダーゼリー<br>スープ<br>871kcal                             | 魚のホイル焼きごまみそ風味<br>鶏つくねの磯辺焼き<br>いんげん胡麻和え<br>果物<br>お吸い物<br>御飯<br>668kcal                            | 【WA御膳】<br>白身魚のマヨネーズ焼き<br>炒め煮<br>青菜と油揚げの梅じゃこ和え<br>焼き海苔・味噌汁・御飯<br>牛乳<br>678kcal    | 【アジアン Lunch】<br>シンガポール風チキンライス<br>ジャーマンポテト<br>バイナッパルドレッシングサラダ<br>果物<br>薬膳 冬瓜スープ<br>810kcal     | 魚のホイル焼きごまみそ風味<br>鶏つくねの磯辺焼き<br>いんげん胡麻和え<br>果物<br>お吸い物<br>御飯<br>668kcal                    |
| スクランブルエッグ<br>ミニサラダ<br>ヨーグルト<br>焼き立てパン<br>麦と野菜のスープ<br>季節のジュース<br>678kcal          | 魚のオープン焼き<br>夏野菜の冷やし鉢<br>根菜の青のり炒め<br>とろろ<br>味噌汁<br>麦御飯<br>719kcal                             | 豚肉のマーレードソース<br>ブロッコリーソテー<br>旬野菜のマリネ<br>果物<br>ヴィシソワーズ<br>御飯<br>944kcal                            | スクランブルエッグ<br>ミニサラダ<br>ヨーグルト<br>焼き立てパン<br>麦と野菜のスープ<br>季節のジュース<br>611kcal          | 夏野菜と魚の梅酢南蛮<br>鶏胸肉の蒸しもの<br>冷や奴<br>金平ごぼう<br>味噌汁<br>御飯<br>708kcal                                | 豚肉のマーレードソース<br>ブロッコリーソテー<br>旬野菜のマリネ<br>果物<br>ヴィシソワーズ<br>御飯<br>944kcal                    |

赤字: 今期新メニュー 青文字: 季節のメニュー 緑文字: 食効カード添付メニュー

※仕入れの都合上、献立内容が若干変わることがあります