



2018年冬メニュー

浅川産婦人科医院

	朝食	昼食	夕食		朝食	昼食	夕食
1	魚の干物 竹輪の五目煮 三色炒め・焼き海苔 かぶとレモンの甘酢和え 味噌汁・御飯 季節のジュース 683kcal	【パスタランチ】 スパゲティミートソース パワーサラダ パン 果物 スープ 848kcal	【松花堂弁当】 彩り豆腐のしんじょ蒸し 鶏肉のマーナレード煮 だし巻き卵・和え物 野菜の味噌田楽 お吸い物・赤米御飯 780kcal	11	魚の干物 竹輪の五目煮 三色炒め・焼き海苔 かぶとレモンの甘酢和え 味噌汁・御飯 季節のジュース 683kcal	【パスタランチ】 チキンのトマトクリームパスタ リボンサラダ～ 塩麹ドレッシング パン 果物・スープ 807kcal	【松花堂弁当】 鯖と根菜の黒酢煮 豚肉の香り揚げ 里芋のサラダ だし巻き卵・和え物 お吸い物・赤米御飯 874kcal
2	ポトフ ミニサラダ ヨーグルト 果物 焼き立てパン 793kcal	【どんぶりランチ】 油麩井(宮城県郷土料理) 茄子のはさみ揚げ 青菜のワサビ和え 果物 はっつ汁(宮城県郷土料理) 830kcal	てりやきハンバーグスパイスソース 冬野菜の和風ラタトゥイユ コールスローサラダ 果物 スープ 御飯 901kcal	12	ポトフ ミニサラダ ヨーグルト 果物 焼き立てパン 663kcal	【どんぶりランチ】 中華丼 春巻き 温野菜の芝麻醬タレ 杏仁豆腐 中華スープ 814kcal	てりやきハンバーグスパイスソース 冬野菜の和風ラタトゥイユ コールスローサラダ 果物 スープ 御飯 901kcal
3	【WA御膳】 チャンプルー風炒め物 昆布とさつま揚げの煮物 和え物・かまぼこ・煮豆 香の物・味噌汁・御飯 季節のジュース 778kcal	豆乳の和風シチュー スペイン風オムレツ コンビネーションサラダ 果物 焼き立てパン 紅茶 731kcal	ちらし寿司 焼きつけ大根ステーキ キャベツの塩麹和え 果物 豚汁 813kcal	13	【WA御膳】 チャンプルー風炒め物 昆布とさつま揚げの煮物 和え物・かまぼこ・煮豆 香の物・味噌汁・御飯 季節のジュース 778kcal	薄切りビーフのミンチンチュー ニース風サラダ フルーツのコンアントロー風味 焼き立てパン 紅茶 800kcal	ちらし寿司 焼きつけ大根ステーキ キャベツの塩麹和え 果物 豚汁 813kcal
4	スクランブルエッグ 温野菜のツナドレッシング 焼き立てパン フルーツヨーグルト スープ 721kcal	魚の胡麻味噌焼き つくね揚げ 切り干し大根の炒め煮 豆乳ゼリー 黒蜜かけ すまし汁 御飯 716kcal	豚キムチ いかの海苔巻団子 レタスとワカメのサラダ 果物 中華スープ 御飯 794kcal	14	スクランブルエッグ 温野菜のツナドレッシング 焼き立てパン フルーツヨーグルト スープ 721kcal	魚のバーベキューソース がんとどきと人参の煮物 切干大根と青菜の胡麻酢和え 果物 具だくさん味噌バター汁 御飯 760kcal	豚キムチ いかの海苔巻団子 レタスとワカメのサラダ 果物 中華スープ 御飯 794kcal
5	【あったか雑炊メニュー】 鮭卵雑炊 豚肉のあぶり焼き 青菜のお浸し 香の物 果物 676kcal	【Cafe's Lunch】 カツサンド 長芋のふわふわグラタン 果物 トマトクリームチャウダー 764kcal	鯖のおろし煮 じゃが芋とにらのチーズ焼き 豚肉と春菊のごま和え 果物 味噌汁 御飯 900kcal	15	【あったか雑炊メニュー】 鮭卵雑炊 豚肉のあぶり焼き 青菜のお浸し 香の物 果物 676kcal	【Cafe's Lunch】 バゲットサンド 魚介のスパイスソース 果物 スープ 709kcal	鯖のおろし煮 じゃが芋とにらのチーズ焼き 豚肉と春菊のごま和え 果物 味噌汁 御飯 900kcal
6	フルーツパンケーキ グラノーラサラダ バルサミコドレッシング 果物 甘酒スープ 663kcal	酸辣湯麺(サンラータンメン) シウマイ ひじきと根菜の ファイバーサラダ フルーツポンチ 777kcal	【松花堂弁当】 鶏肉の和風ソース仕立て 魚の煮付け・和え物 かぶの味噌かけ 揚げ芋のべっ甲餡 味噌汁・赤米御飯 700kcal	16	フルーツパンケーキ グラノーラサラダ バルサミコドレッシング 果物 甘酒スープ 793kcal	鶏南蛮うどん ちくわの磯辺揚げ いんげん胡麻和え ふるふる柚子ゼリー ゆかり御飯 716kcal	【松花堂弁当】 豚肉とれんごんの梅重ね蒸し 魚の味噌焼き 揚げ出し大根 煮物・和え物 お吸い物・赤米御飯 640kcal
7	【WA御膳】 焼き魚 がんとどきの煮物 きんぴら・煮浸し・煮豆 佃煮・味噌汁・御飯 季節のジュース 684kcal	【ブラックカレー Lunch】 ブラックカレー 帆立のソテー コンビネーションサラダ 果物 スープ 897kcal	青椒肉絲 ぎょうざ 中華風和えサラダ 果物 クコの実と大根・長芋のスープ 御飯 790kcal	17	【WA御膳】 焼き魚 がんとどきの煮物 きんぴら・煮浸し・煮豆 佃煮・味噌汁・御飯 季節のジュース 684kcal	【ブラックカレー Lunch】 ブラックカレー 帆立のソテー・豆乳ごまソース スプラウトのサラダ 果物 スープ 862kcal	青椒肉絲 ぎょうざ 中華風和えサラダ 果物 クコの実と大根・長芋のスープ 御飯 790kcal
8	青菜とじゃが芋のキッシュ 人参のクリーミーサラダ 果物 焼き立てパン オニオンスープ 690kcal	【DON ランチ】 豚肉の野菜あんかけ丼 茄子とピーマンの鍋しぎ 和風ノンオイルサラダ 果物 味噌汁 763kcal	フィヤベース風魚介の煮込み ベーコンのガーリック炒め チーズのカフェサラダ 果物 パン 702kcal	18	青菜とじゃが芋のキッシュ 人参のクリーミーサラダ 果物 焼き立てパン オニオンスープ 690kcal	【DON ランチ】 かつめし ブロカリゴマネーズ 野菜のマリネ 果物 味噌汁 857kcal	フィヤベース風魚介の煮込み ベーコンのガーリック炒め チーズのカフェサラダ 果物 パン 702kcal
9	魚のおきな焼き 高野豆腐の含め煮 水菜とえのきの柚子浸し かまぼこ・焼き海苔 味噌汁・御飯 季節のジュース 688kcal	チキンのハーベストソース ほうれん草と鮭のグラタン イタリア風サラダ 果物 スープ 御飯 831kcal	豚肉の生姜焼き にら入り大根餅 ごぼうのサラダ こんにゃくのピリ辛梅風味 味噌汁 御飯 717kcal	19	魚のおきな焼き 高野豆腐の含め煮 水菜とえのきの柚子浸し かまぼこ・焼き海苔 味噌汁・御飯 季節のジュース 688kcal	チキンポテトグラタン サラダ 果物 スープ 御飯 885kcal	豚肉の生姜焼き にら入り大根餅 ごぼうのサラダ こんにゃくのピリ辛梅風味 味噌汁 御飯 717kcal
10	フレンチトースト ハムと野菜の盛り合わせ 果物 スープ トロピカルチアシードスムージー 612kcal	白身魚の味噌みぞれ仕立て 鶏肉とれんごんのボン酢炒め ツナサラダ 果物 すまし汁 御飯 683kcal	【洋食ディナー】 スウェーデンミートボール えびと長芋の胡椒炒め 彩り野菜のサラダ 果物・スープ パセリライス 859kcal	20	フレンチトースト ハムと野菜の盛り合わせ 果物 スープ トロピカルチアシードスムージー 612kcal	鮭のちやんちゃん焼き 鶏の治部煮風 野菜のわさびボン酢和え 果物 お吸い物 御飯 800kcal	【洋食ディナー】 スウェーデンミートボール えびと長芋の胡椒炒め 彩り野菜のサラダ 果物・スープ パセリライス 859kcal

赤文字: 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