



2020年夏メニュー

浅川産婦人科医院

	朝 食	昼 食	夕 食		朝 食	昼 食	夕 食
1	ベーコンエッグ マカロニサラダ フルーツカクテル スープ 焼き立てパン むくみずっきりスムージー 715kcal	夏野菜と魚の梅酢南蛮 ひじきの煮物 冷やし椀盛り とろろ 味噌汁 麦御飯 693kcal	八宝菜 かにシュウマイ 春雨サラダ 杏仁豆腐 フルーツ添え 中華スープ 御飯 784kcal	11	ベーコンエッグ マカロニサラダ フルーツカクテル スープ 焼き立てパン むくみずっきりスムージー 715kcal	魚のソテー青じそソース 豆腐ステーキ 和風サラダ 果物 味噌汁 御飯 733kcal	八宝菜 かにシュウマイ 春雨サラダ 杏仁豆腐 フルーツ添え 中華スープ 御飯 784kcal
2	厚揚げのごまわさびかけ かぼちゃのうま煮 キャベツのお浸し 果物 味噌汁・御飯 ヨーグルト 786kcal	【Café風ランチ】 サンドイッチ ゴンドリーチキンが7ル野菜添え ごぼうのサラダ 果物 スープ 684kcal	【夏の旬菜御膳】 魚の西京焼き ゴーヤとコンの豚肉入りかき揚げ だし巻き卵 ごま豆腐・酢の物 お吸い物・御飯 738kcal	12	厚揚げのごまわさびかけ かぼちゃのうま煮 キャベツのお浸し 果物 味噌汁・御飯 ヨーグルト 786kcal	【カレーランチ】 夏野菜のポークカレー ジャーマンポテト かりかり野菜のサラダ 果物 ストレートアイ스티ー 785kcal	【夏の旬菜御膳】 魚の西京焼き ゴーヤとコンの豚肉入りかき揚げ だし巻き卵 ごま豆腐・酢の物 お吸い物・御飯 738kcal
3	オレンジ風味のフレンチトースト ウィンナーと温野菜 コーンフレーク スープ 果物 912kcal	鯖の韓国風煮付け 冬瓜のそぼろあんかけ 冷やし豆腐のザーサイ和え フルーツ寒天 味噌汁 御飯 722kcal	牛肉のソテージンジャーペースト 帆立のコキール 旬野菜のナッツドレッシング 果物 スープ 御飯 896kcal	13	オレンジ風味のフレンチトースト ウィンナーと温野菜 コーンフレーク スープ 果物 912kcal	魚の甜麺醬からめ 豆腐の焼き春巻 茄子とピーマンの鍋しぎ 果物 すまし汁 御飯 734kcal	牛肉のソテージンジャーペースト 帆立のコキール 旬野菜のナッツドレッシング 果物 スープ 御飯 896kcal
4	【WA御膳】 魚の干物 厚揚げと青菜の煮物 青菜と桜えびのきんぴら 佃煮・味噌汁・御飯 ヨーグルト 586kcal	豚肉の生姜焼き 夏野菜の煮物 豆苗の冷やし浸し お吸い物 果物 御飯 696kcal	魚のチャイニーズソース ささみの生春巻 青梗菜と生揚げの煮物 果物 中華スープ 御飯 682kcal	14	【WA御膳】 魚の干物 厚揚げと青菜の煮物 青菜と桜えびのきんぴら 佃煮・味噌汁・御飯 ヨーグルト 586kcal	フライ盛り合わせ さつまいものバター煮 もやし色どりサラダ 果物 スープ 御飯 649kcal	魚のチャイニーズソース ささみの生春巻 青梗菜と生揚げの煮物 果物 中華スープ 御飯 682kcal
5	エッグスラット ミックスサラダ 果物・ヨーグルト 具だくさんスープ 焼き立てパン ハーブティー 642kcal	【山形県郷土料理ランチ】 山形肉そば 揚げそば(いかの天ぷら) だし奴(山形県郷土料理) ミニ枝豆御飯 果物 813kcal	かつめし たこのジェノベーゼ和え 温野菜サラダ 果物 スープ 御飯 907kcal	15	エッグスラット ミックスサラダ 果物・ヨーグルト 具だくさんスープ 焼き立てパン ハーブティー 642kcal	鶏サラダうどん 高野豆腐の含め煮 ゴーヤの辛子マヨ和え ミニご飯 果物 652kcal	かつめし たこのジェノベーゼ和え 温野菜サラダ 果物 スープ 御飯 907kcal
6	【さっぱり朝ごはん】 鶏だし梅茶漬け はんぺんのチーズソテー あさり和白滝の炒り煮 青菜のピーナッツ和え 味噌汁・果物 635kcal	回鍋肉 蒸し海老餃子 海藻中華サラダ 果物 中華スープ 御飯 651kcal	魚の唐揚げ・バイナプルソース 夏野菜のエチューベ スプラウトのサラダ 果物 スープ・焼き立てパン ハーブティー 811kcal	16	【さっぱり朝ごはん】 鶏だし梅茶漬け はんぺんのチーズソテー あさり和白滝の炒り煮 青菜のピーナッツ和え 味噌汁・果物 635kcal	青椒肉絲 小龍包 水菜と油揚げの生姜風味サラダ 果物 中華スープ 御飯 811kcal	魚の唐揚げ・バイナプルソース 夏野菜のエチューベ スプラウトのサラダ 果物 スープ・焼き立てパン ハーブティー 811kcal
7	パンケーキ&サラダ ミネストローネ ヨーグルト 果物 紅茶 709kcal	パエリア 野菜のフライ パーニャが添え アボカドとトマトのワサビドレッシング 果物 スープ 733kcal	【夏の旬菜御膳】 豚肉のロースト・厚焼き卵 焼き魚の梅ソース 夏野菜の冷やし浸し オクラともずくの酢の物 お吸い物・御飯 743kcal	17	パンケーキ&サラダ ミネストローネ ヨーグルト 果物 紅茶 709kcal	【アジアランチ】 ナシゴレン チリビーンズ バイナプルドレッシングサラダ カルピスゼリー 南国風具だくさんランチスープ 879kcal	【夏の旬菜御膳】 豚肉のロースト・厚焼き卵 焼き魚の梅ソース 夏野菜の冷やし浸し オクラともずくの酢の物 お吸い物・御飯 743kcal
8	【WA御膳】 鶏の生姜甘辛煮 野菜の酢味噌かけ 三種盛り合わせ 味噌汁・御飯 ヨーグルト 695kcal	【洋風どんぶりランチ】 ロコモコ チーズとベーコンのサラダ 果物 スープ アイスレモンティー 869kcal	鶏肉のブレゼ 魚のアーモンド揚げ イタリアンサラダ 果物 スープ 御飯 845kcal	18	【WA御膳】 鶏の生姜甘辛煮 野菜の酢味噌かけ 三種盛り合わせ 味噌汁・御飯 ヨーグルト 695kcal	肉味噌ビビンバ丼 いかと青梗菜のソテー シンプルサラダ 果物 中華スープ 945kcal	鶏肉のブレゼ 魚のアーモンド揚げ イタリアンサラダ 果物 スープ 御飯 845kcal
9	夏野菜のココット 温野菜 果物 焼き立てパン スープ フルーツジュース 743kcal	魚の夏野菜塩だれあんかけ 揚げ出し茄子 冷奴 果物 味噌汁 御飯 640kcal	【洋風Dinner】 牛肉のボスカイオーラ スナッフえんどうのソテー シーフードのセビーチェ バナナのパルフェ スープ・御飯 920kcal	19	夏野菜のココット 温野菜 果物 焼き立てパン スープ フルーツジュース 743kcal	魚のホイル焼きごまみそ風味 鶏肉とごぼうの煮物 香味冷や奴 果物 すまし汁 御飯 618kcal	【洋風Dinner】 牛肉のボスカイオーラ スナッフえんどうのソテー シーフードのセビーチェ バナナのパルフェ スープ・御飯 920kcal
10	焼き魚 車麩と野菜の煮物 いんげんの生姜和え 果物 味噌汁・御飯 ヨーグルト 648kcal	【パスタランチ】 トマトとツナの冷製パスタ 洋風煮込み ミニバゲット 果物 スープ 933kcal	黒米変わり巻き寿司 オクラの肉巻き 京がんもの煮物 青梗菜のサラダ お吸い物 白玉冷やしぜんざい 933kcal	20	焼き魚 車麩と野菜の煮物 いんげんの生姜和え 果物 味噌汁・御飯 ヨーグルト 648kcal	【パスタランチ】 帆立とイカのアラビアータ 鶏肉の冷製レモンマリネ コールスローサラダ 果物 ミニバゲット・スープ 754kcal	黒米変わり巻き寿司 オクラの肉巻き 京がんもの煮物 青梗菜のサラダ お吸い物 白玉冷やしぜんざい 933kcal

※仕入れの都合上、献立内容が若干変わることがあります