

◆2023年4月：慢性肝炎 献立表

献立名	食品名	可食量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	コレステロール (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)	
かにと小柱の クリームパスタ	フェットチーネ（乾麺）	80	278	9.6	1.2	55.1	1	160	14	44	1.1	-	4.3	-	
	かに（ゆで）	30	18	3.2	0.1	1.1	93	93	27	13	0.2	13	-	0.2	
	貝柱（水煮缶詰）	30	26	4.4	0.1	2.0	117	75	15	11	0.2	19	-	0.3	
	ベーコン	10	18	1.6	1.0	0.4	94	24	1	2	0.1	5	-	0.2	
	玉ねぎ	30	10	0.2	-	2.1	1	45	5	3	0.1	-	0.5	-	
	エリンギ	15	5	0.3	-	0.6	-	51	-	2	-	-	0.5	-	
	セロリ	20	2	0.1	-	0.2	6	82	8	2	-	-	0.3	-	
	バター	3	21	-	2.2	0.2	23	1	-	-	-	6	-	0.1	
	にんにく	1	1	-	-	0.2	-	5	-	-	-	-	-	0.1	-
	白ワイン	3	2	-	-	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-
	牛乳	50	31	1.5	1.8	2.7	21	75	55	5	-	6	-	0.1	
	生クリーム	10	40	0.2	4.0	1.0	4	8	5	1	-	6	-	-	
	顆粒コンソメ	0.5	1	-	-	0.2	85	1	-	-	-	-	-	0.2	
	食塩	0.7	-	-	-	-	273	-	-	-	-	-	-	0.7	
黒こしょう	0.03	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
新じゃがいものオープン 焼き～柚子胡椒風味～	じゃがいも	50	26	0.7	-	3.1	1	210	2	10	0.5	-	4.9	-	
	スナップえんどう	20	9	0.3	-	1.7	-	32	6	4	0.1	-	0.5	-	
	ささみ	30	29	5.9	0.2	0.8	12	123	1	10	0.1	20	-	-	
	オリーブ油	5	45	-	4.9	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	
	柚子胡椒	2	1	-	-	0.1	198	6	1	1	-	-	0.1	0.5	
	パルメザンチーズ	3	13	1.2	0.8	0.2	45	4	39	2	-	3	-	0.1	
キャロットラペ	人参	50	18	0.3	0.1	3.4	14	150	14	5	0.1	-	1.4	0.1	
	干しぶどう	5	16	0.1	-	3.8	1	37	3	2	0.1	-	0.2	-	
	オリーブ油	3	27	-	3.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	はちみつ	3	10	-	-	2.5	-	2	-	-	-	-	-	-	
	食塩	0.3	-	-	-	-	117	-	-	-	-	-	-	0.3	
	黒こしょう	0.03	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	クミン	0.03	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
アーモンドスライス	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
メロン	メロン	60	24	-	-	6	4	204	5	8	-	-	-	-	
合計			670	29.6	19.3	87.7	1108	1388	202	121	2.6	78	12.8	2.8	