



減塩定食メニュー 週替わり予定表



レストランみどり

月日	2月29日	3月1日	3月2日	3月3日	3月4日	塩分
曜日	月	火	水	木	金	
献立	チキン南蛮 大豆もやしと筍の明太和えサラダ かぼちやの煮物・野菜サラダ ご飯・キャベツと玉ねぎのスープ					2.5 g

月日	3月7日	3月8日	3月9日	3月10日	3月11日	塩分
曜日	月	火	水	木	金	
献立	ぶりの照り焼き 焼きなすと豚肉のおろしサラダ いんげんのポン酢胡麻和え・野菜サラダ ご飯・トマトとレタスのスープ					2.5 g

月日	3月14日	3月15日	3月16日	3月17日	3月18日	塩分
曜日	月	火	水	木	金	
献立	豚の生姜焼き 厚揚げと温野菜サラダ 小松菜のおかかマヨネーズ・野菜サラダ ご飯・大根と油揚げのスープ					2.5 g

月日	3月21日	3月22日	3月23日	3月24日	3月25日	塩分
曜日	お休みです	火	水	木	金	
献立	さばの味噌煮 ゆでキャベツと干しえびのサラダ 長芋とオクラの和え物・野菜サラダ ご飯・豆腐とわかめのスープ					2.5 g

月日	3月28日	3月29日	3月30日	3月31日	4月1日	塩分
曜日	月	火	水	木	金	
献立	豚肉の香味ポン酢かけ きゅうりとセロリの生姜おかか和え 揚げなすのピリ辛・野菜サラダ ご飯・小松菜と長ネギのお吸い物					2.5 g