

●糖尿病食1600kcal/日 ①の朝食●

朝食



- ・ご飯180g
- ・大根味噌汁
- ・高野豆腐
- 人参煮
- ・白菜辛子和え
- ・牛乳

●糖尿病食1600kcal/日 ①の昼食●

昼食



- ご飯180g
- ビーフシチュー
 - 〔 牛肉 玉葱
かぶ 人参
- コールスローサラダ
 - 〔 鮭水煮 キャベツ
紫玉葱 胡瓜
人参
ノンオイルドレッシング

●糖尿病食1600kcal/日 ①の夕食●

夕食



- ・赤飯140g
ごま塩
- ・清汁
蒲鉾 ほうれん草
- ・鯛汐焼
筆生姜
- ・煮しめ
〔 車えび 里芋
人参 大根
さやえんどう〕
- ・キウイフルーツ

●糖尿病食 1600kcal/日 ①●

朝



昼



夕



エネルギー	1600kcal
たんぱく質	75g
脂質	40g
塩分	10g

病態により食事療法の内容が変わります。
 詳しくは医師にご相談の上
 、栄養相談室にご来室ください。

●糖尿病食1600kcal/日 ②の朝食●

朝食



- ・バターロール
- ・ウインナー
- ・フレンチサラダ
 - 〔キャベツ レタス
 - 〔人参 玉葱 胡瓜
- ・チーズ
- ・キウイフルーツ
- ・牛乳

●糖尿病食1600kcal/日 ②の昼食●

昼食



- ご飯180g
- ひな鶏照焼
しし唐辛子焼き
- 湯豆腐
〔葱 削り節
減塩しょう油〕
- ほうれん草お浸し

●糖尿病食1600kcal/日 ②の夕食●

夕食



- ・ご飯180g
- ・さつまい
- 〔 鶏挽肉(脂肪なし)
人参 大根
ポテト 葱
- ・海老フライ
- 〔 キャベツ レモン
パセリ ソース
- ・ひじき炒り煮

●糖尿病食1600kcal/日 ②●

朝



昼



夕



エネルギー 1600kcal
たんぱく質 75g
脂質 40g
塩分 10g

病態により食事療法の内容が変わります。
詳しくは医師にご相談の上、
栄養相談室にご来室ください。

記事作成日 2009年2月1日
最終更新日 2010年3月1日