

腎不全治療食をおいしく食べる会  
 兵庫県腎臓研究会  
 NPO 法人 兵庫県腎友会  
 兵庫慢性腎臓病対策研究会

平成30年3月24日(土)  
 於：神戸ポートピアホテル  
 日本料理 神戸たむら

## 保存期慢性腎不全の方のための ホ テ ル 食 事 会

【1人分栄養価】

メニュー	料理名/食品名	分量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	ナトリウム mg	カリウム mg	リン mg	食塩相当量 g
前菜	穴子寿司	穴子	4	8	0.7	5	11	7
		シャリ(真粒米)	14	24	0	0	0	3
		酢	1	0	0	0	0	0
		砂糖	1	4	0	0	0	0
		塩	0.05	0	0	19	0	0
	鶏山吹焼き	鶏	5	6	1	3	0	0
		チーズ	1	3	0.2	11	1	7
		卵黄	0.1	0	0	0	0	1
		塩	0.1	0	0	39	0	0
		コショウ	少々					
	筍カステラ	筍	4.6	1	0.2	0	22	3
		卵	7	11	0.9	10	9	13
		すり身	2.3	2	0.4	7	0	3
		砂糖	1	4	0	0	0	0
		味醂	1	2	0	0	0	0
		減塩げんた醤油	0.8	1	0	22	0	0
	わらびピーナツ和え	わらび	15	2	0.2	0	2	4
		ピーナツバター	2	13	0.5	7	13	7
		砂糖	1	4	0	0	0	0
		減塩げんた醤油	0.3	3	0	0	0	0
公魚おかき揚げ	公魚	5	4	0.7	10	6	18	
	おかき	1	4	0.1	7	2	2	
	塩	0.1	0	0	39	0	0	
	揚げ油	2	6	0	0	0	0	
牛肉八幡巻	牛肉	2	5	0.2	1	4	2	
	ごぼう	4	3	0.1	1	13	2	
	減塩げんた醤油	3	3	0.1	81	1	1	
	酒	1	0	0	0	0	0	
	砂糖	1	4	0	0	0	0	
一寸豆		3	1	0	0	8	1	
花卉百合根		1	1	0	0	7	1	
小計			119	5.3	262	99	75	0.7
椀	若布煮麺	若布麺	15	16	0.4	18	2	3
		筍	7	2	0.2	0	33	4
		だて巻き	2	4	0.3	7	2	2
		木の芽	1	0	0	0	0	0
		出し汁	120	2	0.4	41	76	16
		減塩げんた醤油	1	1	0	27	0	0
	塩	0.2	0	0	78	0	0	
小計			25	1.3	171	113	25	0.4
造り	ほっき貝、鯛、烏賊	ほっき貝	15	11	1.7	38	39	24
		鯛	14	29	3.1	7	62	31
		もんご烏賊	9	6	1.3	25	20	15
		剣	8	1	0	1	18	1
		大葉	1	0	0	0	3	0
		芽紫蘇、花紫蘇	少々	0	0	0	3	1
		山葵	少々	0	0	0	0	0
		減塩げんた醤油	3	3	0.1	81	1	1
小計			50	6.2	152	146	73	0.4

	メニュー	料理名/食品名	分量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	ナトリウム mg	カリウム mg	リン mg	食塩相当量 g
焼物	黒毛和牛ステーキ	和牛	20	14	3	6	44	22	
		島らっきよ	3	4	0	0	7	1	
	玉ねぎ ドレッシング	玉ねぎ	0.4	2	0	0	0	0	0
		油	5	46	0	0	0	0	0
		酢	5	1	0	0	0	0	0
		砂糖	3	12	0	0	0	0	0
		コショウ	少々	0	0	0	0	0	0
		塩	0.1	0	0	39	0	1	
	サラダ	キャベツ	10	2	0.1	1	20	3	
		大根	10	0	0	2	23	2	
きゅうり		13	2	0.1	0	26	5		
人参		7	3	0	2	20	2		
小計			86	3.2	50	140	36	0.1	
煮物	じゃが芋おかき饅頭・桜海老餡	おから	2	2	0.1	0	7	2	
		じゃが芋	30	25	0.5	0	99	7	
		卵黄	1	2	0.1	1	1	2	
		小麦粉	1	4	0.1	0	1	1	
		おかき	2	8	0.2	13	3	3	
		揚げ油	7	64	0	0	0	0	
		桜海老	3	9	1.9	36	36	36	
		だし汁	39	1	0.1	13	25	5	
		みりん	1	2	0	0	0	0	
		減塩げんた醤油	0.35	0	0	9	0	0	
小計			117	3	72	172	56	0.2	
食事	小計	真粒米	120	202	0.1	2	0	24	
		香物	3	2	0	36	5	1	
	小計		204	0.1	38	5	25	0.1	
お食事の合計の栄養価				601	19.1	745	675	290	1.9
デザート	果物	苺	20	7	0.2	0	34	6	
		グレープフルーツ	15	7	0.1	0	28	3	
	甘味	グンブン澱粉餅	45	89	0.1	5	1	5	
		桜シロップ(粉飴)	10	38	0	1	1	1	
小計			141	0.4	6	64	15	Tr	
お料理の合計の栄養価				742	19.5	751	739	305	1.9

memo