

UH/CVC Gluten Free Menu

ミシガン大学病院および循環器センター無グルテンメニュー

Breakfast 朝食

Available 6:30 a.m.-11:00 a.m. 午前6:30から午前11:00 までご注文可能です。

Breakfast Combination 1: *Rice Chex® with 2% Milk, Gluten Free Carrot Cake Muffin, Fresh Fruit Cup, and Coffee*

朝食セット1 ライス・チェックス・シリアル、脂肪分2%の牛乳、無グルテンのキャロットケーキマフィン、新鮮なフルーツミックス、コーヒー

Breakfast Combination 2: *Gluten Free Bagel, Yogurt Parfait without Granola, Orange Juice, and Coffee*

朝食セット2 無グルテンのベーグル、グラノラが入っていないヨーグルトパフェ、オレンジジュース、コーヒー

Breakfast Entrées 朝食のメインメニュー

Scrambled Eggs *Regular or Eggbeaters®*

スクランブルエッグ（普通の鶏卵またはエッグ・ビーターズをご用意いたします。）

Gluten Free Waffles *Available with syrup and margarine upon request*

無グルテンのワッフル、ご希望でシロップとマーガリンをお付けいたします。

Tofu Scramble 豆腐スクランブル 豆腐と無農薬野菜の炒め料理にハッシュブラウンポテトを添えました。

Build Your Own Omelet お好みオムレツ（午前6:30から午前9:00 まで注文が可能です）

Prepared with regular eggs or Eggbeaters®

普通の鶏卵、またはエッグ・ビーターズをご用意いたします。

Choose From: *Diced Tomatoes, Diced Green Peppers, Sliced Mushrooms, Diced Onion,*

Diced Ham, and Shredded Cheddar Cheese

次の材料からお選びください。トマト、ピーマン、マッシュルーム、たまねぎ、ハム、チェダーチーズ

Turkey Bacon ターキーベーコン (2切れ)

Breakfast Pastries and Cereal 朝食用の菓子パンやシリアル

Gluten Free Bagel	無グルテンのベーグル
Rice Chex®	ライス・チェックス
Gluten Free Carrot Cake Muffin	無グルテンのキャロットケーキマフィン

Fruit and Yogurt フルーツおよびヨーグルト

(Available 24 Hours A Day) 1日24時間注文が可能です。

Seasonal Fresh Fruit	季節の新鮮なフルーツ
Grapes	ぶどう
Banana	バナナ
Applesauce <i>No sugar added</i>	アップルソース (砂糖無添加)
Fresh Fruit Cup <i>A combination of honeydew, cantaloupe, pineapple, and orange segments</i>	新鮮なフルーツ・カップ (ハニーデューメロン、キャンタロップメロン、パイナップル、オレンジのフルーツミックス)

Yogurt Parfait without Granola グラノラの入っていないヨーグルトパフェバニラヨーグルト (低脂肪ヨーグルトとベリー、バナナ、イチゴなどが層になったパフェ)

Dannon® Lowfat Yogurt: *Strawberry, Blueberry, or Vanilla*
ダノン低脂肪ヨーグルトイチゴ味、ブルーベリー味、バニラ味

Lunch and Dinner 昼食と夕食

Available 11:00 a.m. to 9:00 p.m. 午前11:00 から午後9:00までご注文可能です。

Soup and Bread Selections スープとパン

Gluten Free Tomato Soup	無グルテンのトマトスープ
Gluten Free White Bread	無グルテンの精白パン
Gluten Free Bagel	無グルテンのベーグル

Side Salads サラダ (付け合せ)

Tossed Greens グリーンサラダ (レタス、キュウリ、トマト) お好みのドレッシング、ご希望によりクルトンを添えることができます。

Fresh Vegetable Salad 新鮮野菜のサラダ ブロッコリ、カリフラワー、ズッキーニ、にんじん、レッドオニオンをピリッとするドレッシングで和えました。

Cottage Cheese カッテージチーズ

Featured Deli Entrées デリのメインディッシュ

Michigan Chicken Cherry Salad ミシガン・チキン・チェリー・サラダ レタスの上にやわらかい鶏胸肉、アーモンド、ドライチェリー、にんじん、ブルーチーズがのっています。お好みのドレッシングをお選びください。

Caesar Salad シーザーサラダ ロメインレタスにお好みで鶏胸肉かサーモンか、豆腐を添えることができます。低カロリーのシーザードレッシングでお召し上がりください。

Egg Salad エッグサラダ 伝統的なエッグサラダ

Tuna Salad ツナサラダ ツナとセロリとオニオンをマヨネーズと調味料で和えました。

Salad Dressings サラダドレッシング

(All of our Signature dressings are homemade and low in fat)

(ドレッシングはすべて自家製で低カロリーです。)

Signature Ranch	ランチドレッシング
Signature Catalina	カタリナドレッシング
Creamy Caesar	クリーミーシーザードレッシング

Lunch and Dinner 昼食と夕食

Available 11:00 a.m. to 9:00 p.m. 午前11:00 から午後9:00までご注文可能です。

Hot Entrée Selections 温かいメインディッシュ

Roast Turkey ローストターキー (チキングレービーと克蘭ベリーソース添え マッシュポテトと一緒に
お召し上がりください。)

Tender Chicken Breast: *Served plain or with barbeque sauce*

鶏胸肉 (ソースなしかバーベキューソースでお召し上がりいただけます。)

Hearty Beans and Rice ビーン・アンド・ライス (白インゲン豆、ヒヨコ豆、インゲン豆の少し甘い
ソースをご飯の上にかけました。)

Chicken Ghallaya チキン・ガラヤ (鶏もも肉とピーマン、ズッキーニ、トマトをトマトと香辛料がベ
ースのガラヤソースでお召し上がりください。)

Stuffed Lamb 羊の野菜詰め (羊のもも肉にたまねぎ、にんじん、ピーマンをパセリやミントと香辛料
で和えたものを詰めました。)

Mexican Tofu Scramble メキシコ風豆腐スクランブル (豆腐、トマト、たまねぎ、ほうれん草、マッ
シュルーム、にんじん、ズッキーニをスクランブル風に炒めました。ハッシュブラウンポテト添えです。
)

Gluten Free Black Bean Enchilada 無グルテン黒豆のエンチャラダ (豆腐、ズッキーニ、コーン、ピ
ーマン、オリーブ、黒豆をコーントーティーヤで包みました。)

Gluten Free Baked Ziti 無グルテンベークド・ジティ (米粉を使用した料理で、豆や乳成分が入って
いない豆乳で作ったモンツェラチーズとリコタチーズが入っています。)

Gluten Free Macaroni and Cheese 無グルテンマカロニ・アンド・チーズ

Hamburger Patty (no bun) ハンバーガー用のお肉 (パンなし)

Side Options 付け合せ

Corn	コーン
Green Beans	インゲン豆
Garden Vegetable Medley	菜園野菜
<i>A blend of green beans, wax beans, and carrots</i>	緑と黄色のインゲン豆とにんじん
White Rice	白米
Brown & Wild Rice Pilaf	玄米とワイルドライスのピラフ
Mashed Potatoes	マッシュポテト
US Chicken Gravy	チキングレービー

Snacks 軽食

Lay' s® Classic Potato Chips

レイズのポテトチップ

Rice Chex®

ライス・チェックス

Gluten Free Bagel with Choice of
Cream Cheese

無グルテンのベーグルとお好みのクリームチーズ

Additional Selections その他

Desserts デザート

Gluten Free Chocolate Chip Cookie

無グルテンチョコレートチップクッキー

Baked Custard

ベークド・カスタード

Pudding (*Chocolate or Vanilla*)

プディング菓子 (チョコレートまたはバニラ味)

Sherbet (*Orange or Raspberry*)

シャーベット (オレンジまたラズベリー)

Regular Jello (*Orange or Raspberry*)

ゼリー (オレンジまたラズベリー)

Sugar-Free Jello (*Orange or
Strawberry Banana*)

シュガーフリー・ゼリー (オレンジ、
ストロベリー、バナナ)

Vanilla Soft Serve Ice Cream

バニラソフトクリーム

Milkshakes (*Chocolate, Vanilla,
Strawberry, or Cappuccino*)

ミルクセーキ (チョコレート、バニラ、ストロベリー、
カプチーノ)

Beverages 飲み物

Apple Juice	アップルジュース
Orange Juice	オレンジジュース
Cranberry Juice	クランベリージュース
Grape Juice	グレープジュース
Coffee (<i>Regular or Decaf</i>)	コーヒー (レギュラー、またはカフェインレス)
Lipton® Tea (<i>Regular or Decaf</i>)	
Bigelow' s® Green Tea	リプトンの紅茶 (レギュラー、またはカフェインレス)
Unsweetened Iced Tea	ビッグローの緑茶
Skim Milk	無糖のアイスティー
2% Milk	無脂肪牛乳
Lowfat Chocolate Milk	脂肪分2%の牛乳
Lactaid® Milk	低脂肪のチョコレートミルク
Silk® Vanilla Soy Milk	ラクトエイドのミルク (乳糖不耐症用のミルク)
Coke®	シルクのバニラ味豆乳
Diet Coke®	コーラ
Sprite®	ダイエットコーラ
Diet Sprite®	スプライト
Vernors® Gingerale	ダイエットスプライト
Diet Vernors® Gingerale	バーナーズのジンジャーエール
Bottled Water	バーナーズのダイエットジンジャーエール ペットボトルの水

Condiments 調味料、薬味

Non-Dairy Creamer	乳成分を含まないクリーム
Margarine	マーガリン
Sugar	砂糖
Splenda®	スプレнда (人口甘味料)
Salt	塩
Pepper	胡椒
Mrs. Dash®	ミセス・ダッシュ (調味料)
Cream Cheese (<i>Light, Strawberry, or Chive and Onion</i>)	クリームチーズ (低脂肪、ストロベリー、チャイブ、オニオン)
Honey	蜂蜜
Strawberry Jam	ストロベリージャム
Grape Jelly	グレープジャム
Diet Jelly (<i>Strawberry or Grape</i>)	低カロリーゼリー (イチゴ味またはブドウ味)
Syrup (<i>Regular or Sugar-Free</i>)	シロップ (普通、またはシュガーフリー)
Whole Berry Cranberry Sauce	クランベリーソース
Brown Sugar	黒砂糖
Ketchup	ケチャップ
Mustard	マスタード
Hellman's® Light Mayonnaise	ヘルマンの低カロリーマヨネーズ
Pickle Relish	レリッシュ
Tartar Sauce	タルタルソース
Fresh Lemon Wedge	くし切りにしたレモン

After Hours 時間外の注文

Available 9:00 p.m. – 6:30 a.m. 午後9:00から午前6:30 まで注文が可能です。

Soup スープ

Gluten Free Tomato Soup 無グルテンのトマトスープ

Hot Entrée Selections 温かいメインメニュー

Gluten Free Tofu Scramble 無グルテン豆腐スクランブル 豆腐、トマト、たまねぎ、ほうれん草、マッシュルーム、にんじん、ズッキーニをスクランブル風に炒めました。ハッシュブラウンポテト添えです
Gluten Free Baked Ziti 無グルテンバークド・ジティ 米粉を使用した料理で、豆や乳成分が入っていない豆乳で作ったモンツェレラチーズとリコタチーズが入っています。

Gluten Free Macaroni and Cheese / 無グルテンマカロニ・アンド・チーズ

UH/CVC Gluten Free Menu (Japanese)

Translation:UMHS Interpreter Services

Last Revised:6/2/2013

Snacks 軽食

Cottage Cheese	カッテージチーズ
Lay' s® Classic Potato Chips	レイズのポテトチップ
Rice Chex®	ライス・チェックス
Gluten Free Bagel with Choice of Cream Cheese	無グルテンのベーグル
Gluten Free Chocolate Chip Cookie	無グルテンチョコレートチップクッキー
Pudding (<i>Chocolate or Vanilla</i>)	プディング菓子 (チョコレートまたはバニラ味)
Sherbet (<i>Orange or Raspberry</i>)	シャーベット (オレンジまたラズベリー)
Regular Jello (<i>Orange or Raspberry</i>)	ゼリー (オレンジまたラズベリー)
Sugar-Free Jello (<i>Orange or Strawberry Banana</i>)	シュガーフリー・ゼリー (オレンジ、ストロベリー、バナナ)
Vanilla Soft Serve Ice Cream	バニラソフトクリーム
Milkshakes (<i>Chocolate, Vanilla, Strawberry, or Cappuccino</i>)	チーズケーキ ミルクセーキ (チョコレート、バニラ、 ストロベリー、カプチーノ)

Please Remember to Request Condiments When Ordering

All Menu Items Are Trans Fat Free!

ご注文時に必要な調味料や薬味なども一緒にオーダーしてください。
メニューの中のすべての食品はトランス脂肪を含んでいません。

OUR PROMISE / 我々のモットー

*To graciously serve healthy, freshly prepared meals
within 60 minutes of your order.*

我々のモットーはヘルシーで新鮮な食事をご注文から
60分以内にお届けする事です。

ADDITIONAL CONTACT INFORMATION / 各種のお問い合わせは

To place your order, call 3-8080
ご注文は3-8080までお電話ください。

For questions regarding your service, call 6-1447
ご注文についてのお問い合わせは6-1447までご連絡ください。

To speak with the Associate Director of Patient Food Services,
call 6-4102; Monday-Friday, 8:00 am-4:30 pm
患者様お食事係の責任者へのお問い合わせは
平日午前8:00から午後4:30の間に6-4102までご連絡ください。

UH/CVC Gluten Free Menu (Japanese)
Translation:UMHS Interpreter Services
Last Revised:6/2/2013