

施設長	施設栄養士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和5年 2月

[モナトリエ]

	12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 高菜とポテト炒め 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 和え物(キャベツ) 魚の塩焼 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 厚焼き卵 きゅうりの酢の物 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 白和え ししゃも 練物	◎和食 御飯 味噌汁 ベーコンソテー ごま豆腐 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 白菜の柚子和え 南瓜のソテー 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 焼き鮭 しそ昆布和え 漬けもの
	◎洋食 パン スペイン風卵焼き コールスローサラダ スープ	◎洋食 パン キャベツのサラダ ゆで卵 スープ	◎洋食 パン ウインナー グリーンサラダ スープ	◎洋食 ロールサンド ブロッコリーサラダ オムレツ 牛乳	◎洋食 パン ベーコンソテー スパサラダ スープ	◎洋食 パン 南瓜のソテー キュウリとチーズのサラダ スープ	◎洋食 パン チンゲン菜のソテー ペビーハム コンソメスープ
昼食	御飯 鶏肉の照焼 えび団子の炒め煮 ピーナツ和え 清汁 漬けもの	御飯 パン粉焼き 山クラゲの中華炒め カリフラワーのゆかり和え ワンタンスープ 漬物	御飯 肉じゃが もずく酢 なすとえのきの炒め物 清汁 漬物	御飯 豚肉の生姜煮 酢の物 焼きなす 味噌汁 フルーツ	御飯 鯿の焼き浸し さつま芋サラダ レバーの生姜煮 清汁 漬物	麦ご飯 揚げだし豆腐 山芋のどろろ 伴三絲 赤だし 漬物	おにぎり かき揚げそば おろし和え フルーツ
昼間食	今川焼き	ドーナツ	チョコレートムース	クリームコンフェ	ゼリー	どら焼き	ホットケーキ
夕食	御飯 天津風カニ玉 竹輪の煮物 梅肉和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉のソテー スパゲッティサラダ 長芋の三杯酢 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豆腐ハンバーグ 大根の田舎煮 ホーレン草の和えもの 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鯖のおかか焼き キムチ炒め リーフサラダ 清汁 飲むヨーグルト	御飯 つくね焼き なめたけの五目和え 山菜の煮付 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の焼き南蛮 厚揚げのそぼろ煮 かニ風味和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 牛肉とゴーヤのチャンプル風 ホーレン草お浸し 竹輪の金平 清汁 飲むヨーグルト
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1668 kcal 蛋白質 : 65.8 g 脂質 : 37.4 g 炭水化物 : 253.0 g 塩分 : 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1696 kcal 蛋白質 : 64.0 g 脂質 : 42.2 g 炭水化物 : 264.2 g 塩分 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1404 kcal 蛋白質 : 53.6 g 脂質 : 23.2 g 炭水化物 : 243.2 g 塩分 : 8.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1580 kcal 蛋白質 : 67.7 g 脂質 : 31.7 g 炭水化物 : 246.9 g 塩分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1836 kcal 蛋白質 : 81.0 g 脂質 : 45.5 g 炭水化物 : 248.0 g 塩分 : 7.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1664 kcal 蛋白質 : 59.5 g 脂質 : 29.1 g 炭水化物 : 280.9 g 塩分 : 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1563 kcal 蛋白質 : 55.2 g 脂質 : 37.6 g 炭水化物 : 247.8 g 塩分 : 7.2 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1652 kcal 蛋白質 : 68.0 g 脂質 : 45.7 g 炭水化物 : 226.8 g 塩分 : 7.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1601 kcal 蛋白質 : 60.1 g 脂質 : 42.7 g 炭水化物 : 243.2 g 塩分 : 6.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1387 kcal 蛋白質 : 50.9 g 脂質 : 29.4 g 炭水化物 : 230.1 g 塩分 : 8.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1550 kcal 蛋白質 : 69.2 g 脂質 : 41.0 g 炭水化物 : 224.0 g 塩分 : 6.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1808 kcal 蛋白質 : 81.7 g 脂質 : 48.9 g 炭水化物 : 237.1 g 塩分 : 8.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1616 kcal 蛋白質 : 61.1 g 脂質 : 34.2 g 炭水化物 : 259.1 g 塩分 : 7.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1477 kcal 蛋白質 : 53.9 g 脂質 : 39.4 g 炭水化物 : 226.9 g 塩分 : 8.4 g

*都合により献立を変更することがあります。