

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26日(日)～3月4日(土)

[モナトリエ]

	2/26(日)	27(月)	28(火)	3/1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 魚の梅肉ソースかけ ピーナッツ和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 角天の煮物 白菜のお浸し 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ごま豆腐 魚の塩焼き 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 高野豆腐の卵とじ お浸し(チンゲン菜) 煮豆	◎和食 御飯 味噌汁 厚焼き卵 いんげんの土佐和え 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 魚の紫蘇オイル焼き 酢の物 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 大根のくず煮 冷奴 練物
	◎洋食 パン スクラブルエッグ もやしサラダ スープ	◎洋食 パン ロースハム 白菜のサラダ スープ	◎洋食 パン ゆで卵 ウインナー スープ	◎洋食 ロールパン チンゲン菜のサラダ 落とし焼き 牛乳	◎洋食 パン ポテトサラダ いんげんのソテー スープ	◎洋食 パン ベーコン 胡瓜のサラダ スープ	◎洋食 パン 大根のサラダ オムレツ スープ
昼食	御飯 山椒焼き 茶そばサラダ 清汁 フルーツ	御飯 豚肉のバジル風味焼き アスパラソテー 春雨のマヨネーズ和え 味噌汁	御飯 魚の味噌煮 冬瓜とのカニフレークソテー お浸し けんちん汁	赤飯 鶏肉の照焼 白菜の中華炒め 山芋の磯和え 清汁 漬けもの	御飯 赤魚の醤油麹焼き お浸し(小松菜) 焼きなす 清汁 漬けもの	散らし寿司 ふるふき大根 菜の花お浸し 清汁 フルーツ	御飯 鶏肉のハンバーグ 角天の金平 おきゅうと 清汁 漬けもの
昼間食	コンポート	しっとり饅頭	クリームコンフェ	蒸しケーキ	ゼリー	クレープ	カステラ
夕食	御飯 鶏肉のごま風味焼き 紅あずま トレッシグ和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 利久焼き ホーレン草の和え物 えび団子の煮物 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉と厚揚げのこってり煮 アスパラのソテー 酢の物(大根) 清汁 飲むヨーグルト	御飯 白身魚の煮付け たけのこのゴマ和え かフラワーの酢の物 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉の和風ソースかけ ビーンズサラダ きのこあさりのバター炒め 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 マーボ豆腐 チンゲン菜のソテー ひじきのサラダ ワカメスープ 飲むヨーグルト	御飯 鯖の煮付 里芋の田舎煮 ホーレン草と竹輪の和え物 味噌汁 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 : 1570 kcal 蛋白質 : 61.5 g 脂質 : 34.0 g 炭水化物 : 246.9 g 塩分 : 6.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1535 kcal 蛋白質 : 65.4 g 脂質 : 35.7 g 炭水化物 : 220.9 g 塩分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1579 kcal 蛋白質 : 70.2 g 脂質 : 37.0 g 炭水化物 : 229.0 g 塩分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1692 kcal 蛋白質 : 70.8 g 脂質 : 35.1 g 炭水化物 : 261.3 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1428 kcal 蛋白質 : 65.2 g 脂質 : 25.1 g 炭水化物 : 226.6 g 塩分 : 6.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1355 kcal 蛋白質 : 47.9 g 脂質 : 25.5 g 炭水化物 : 229.5 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1728 kcal 蛋白質 : 71.4 g 脂質 : 34.8 g 炭水化物 : 269.7 g 塩分 : 9.0 g
	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1561 kcal 蛋白質 : 61.0 g 脂質 : 38.5 g 炭水化物 : 237.2 g 塩分 : 7.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1433 kcal 蛋白質 : 63.8 g 脂質 : 38.6 g 炭水化物 : 193.4 g 塩分 : 5.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1499 kcal 蛋白質 : 68.6 g 脂質 : 44.0 g 炭水化物 : 199.5 g 塩分 : 6.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1626 kcal 蛋白質 : 76.1 g 脂質 : 41.7 g 炭水化物 : 230.1 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1367 kcal 蛋白質 : 60.6 g 脂質 : 27.5 g 炭水化物 : 213.8 g 塩分 : 6.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1410 kcal 蛋白質 : 46.7 g 脂質 : 37.5 g 炭水化物 : 220.2 g 塩分 : 8.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1676 kcal 蛋白質 : 72.4 g 脂質 : 39.8 g 炭水化物 : 247.7 g 塩分 : 9.2 g

*都合により献立を変更することがあります。