

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 5月

[モナトリエ]

	7(日)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(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 ししやも 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 野菜の甘酢あえ 南瓜とハムソテー 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 ソーセージ入りスクランブル ユールスローサラダ 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 ロールパン ブロッコリーサラダ フライドポテト ジュース	◎洋食 パン ベーコンソテー スパサラダ スープ	◎洋食 パン 南瓜とハムソテー キュウリとチーズのサラダ スープ	◎洋食 パン ふだんそうのソテー ベビーハム スープ
昼食	御飯 豚肉の味噌炒め 生酢 煮物(カンモドキ) 清汁 フルーツ	三色丼 春雨のソテー ワカメスープ フルーツ	御飯 松風焼き ソーメンサラダ ひじきの煮付け 味噌汁 漬けもの	御飯 魚のチーズ焼き 青菜と油揚げのさつと煮 さつま芋サラダ ユーンクリームスープ 漬けもの	かしわ飯 かわらそば 焼きなす フルーツ	御飯 回鍋肉 焼きビーフン ワンタンスープ フルーツ	御飯 味噌煮 ホーレン草お浸し 角天の金平 清汁 漬けもの
昼間食	今川焼き	ドーナツ	ゼリー	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 魚のジャポネソース焼き カリフラワーの土佐和え たけのこの山椒炒め 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 ポークチャップ 冬瓜の煮付け 厚揚げの酢の物 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 赤魚の揚げ煮 キャベツのカレーソテー 茄子の葱和え おぼろ汁 飲むヨーグルト	御飯 揚げだし豆腐 胡瓜の酢の物 筑前煮 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 肉タンゴの野菜炒め 竹輪のゆかり揚げ 春雨サラダ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の磯辺焼き お浸し(チンゲン菜) カリフラワーとコーンのドレッシング和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の磯焼き ミモザサラダ じゃがいものキムチ炒め おぼろ汁 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 : 1673 kcal 蛋白質 : 57.2g 脂質 : 44.8g 炭水化物 : 253.4g 塩分 : 6.9g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1767 kcal 蛋白質 : 67.9g 脂質 : 51.0g 炭水化物 : 248.7g 塩分 : 8.2g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1872 kcal 蛋白質 : 67.2g 脂質 : 50.7g 炭水化物 : 238.2g 塩分 : 8.7g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1839 kcal 蛋白質 : 74.2g 脂質 : 55.3g 炭水化物 : 248.4g 塩分 : 8.2g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1719 kcal 蛋白質 : 54.6g 脂質 : 43.8g 炭水化物 : 250.8g 塩分 : 7.3g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1609 kcal 蛋白質 : 60.9g 脂質 : 27.6g 炭水化物 : 270.5g 塩分 : 7.1g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1563 kcal 蛋白質 : 71.2g 脂質 : 29.1g 炭水化物 : 246.5g 塩分 : 9.0g
	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1634 kcal 蛋白質 : 58.4g 脂質 : 49.8g 炭水化物 : 230.0g 塩分 : 6.3g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1672 kcal 蛋白質 : 64.0g 脂質 : 51.5g 炭水化物 : 227.7g 塩分 : 7.3g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1855 kcal 蛋白質 : 64.5g 脂質 : 56.9g 炭水化物 : 225.1g 塩分 : 9.0g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1758 kcal 蛋白質 : 64.6g 脂質 : 55.4g 炭水化物 : 241.9g 塩分 : 7.5g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1691 kcal 蛋白質 : 55.3g 脂質 : 47.2g 炭水化物 : 239.9g 塩分 : 8.7g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1546 kcal 蛋白質 : 62.1g 脂質 : 32.1g 炭水化物 : 246.6g 塩分 : 6.8g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1478 kcal 蛋白質 : 69.8g 脂質 : 30.9g 炭水化物 : 225.3g 塩分 : 10.2g

\*都合により献立を変更することがあります。

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 5月

[モナトリエ]

	14(日)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 鯖の煮付 冷奴 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 ミートボールの煮付け オクラのおかか酢 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ホウレン草と竹輪の和え物 大根の金平 煮豆	◎和食 御飯 味噌汁 ホッケの塩焼き 白菜レモン風味和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 もやし炒め 甘酢和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 カリフラワーとベーコンソテー 春雨の和えもの 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 さばの塩焼 漬けもの
	◎洋食 パン フライドポテト ロースハム スープ	◎洋食 パン ミートボール オクラのサラダ スープ	◎洋食 パン オムレツ 大根のサラダ スープ	◎洋食 パン 白菜レモン風味和え ウインナー ジュース	◎洋食 ロールパンとレーズンロール もやし炒め キャベツサラダ スープ	◎洋食 パン カリフラワーとベーコンソテー 春雨のサラダ スープ	◎洋食 パン ベーコン 南瓜サラダ スープ
昼食	御飯 冷やししゃぶしゃぶ風 大学芋 白和え ワカメスープ 漬けもの	御飯 鶏肉の照焼 胡瓜の酢味噌和え 竹輪の甘辛煮 中華スープ 漬けもの	おにぎり 醤油ラーメン 焼きギョーザ フルーツ	御飯 筑前煮 刺身こんにゃくの柚子味噌和え なすの天ぷら 清汁 フルーツ	御飯 鰻フライ 海老サラダ 味噌汁 漬けもの	御飯 豚肉とレタスのチャンプル ポテトサラダ 煮物(はんぺん) 清汁	山菜おこわ 魚の梅天ぷら お浸し ふろふき大根 フルーツ 清汁 茶碗蒸し
昼間食	ミルクくずもち	あんこ蒸しパン	クリームコンフェ	お楽しみおやつ	コーヒーゼリー	今川焼き	どら焼き
夕食	御飯 干草焼き 中華サラダ 切干し大根の炒め煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鯖の香草のせ 炊き合わせ わさび酢和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 和風チキンしゃきしゃ大根のせ 小松菜のお浸し 厚揚げの含め煮 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 和風ピカタ 春菊の和えもの しらたきのそぼろ炒め 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豆腐の春野菜寄せ おくらのおかか煮 ピーマンの卵とじ 清汁	御飯 煮魚 ピーナッツ和え 山クラゲの炒り煮 味噌汁	御飯 鶏肉揚げ煮 ごぼうとササミのサラダ マーボ茄子 西京汁
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1651 kcal 蛋白質: 67.6 g 脂質: 39.0 g 炭水化物: 245.1 g 塩分: 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1613 kcal 蛋白質: 67.2 g 脂質: 29.5 g 炭水化物: 258.6 g 塩分: 9.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1650 kcal 蛋白質: 62.4 g 脂質: 36.2 g 炭水化物: 258.4 g 塩分: 6.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1456 kcal 蛋白質: 57.8 g 脂質: 27.7 g 炭水化物: 240.9 g 塩分: 6.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1595 kcal 蛋白質: 53.3 g 脂質: 54.5 g 炭水化物: 216.8 g 塩分: 5.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1560 kcal 蛋白質: 54.1 g 脂質: 41.5 g 炭水化物: 229.4 g 塩分: 6.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1649 kcal 蛋白質: 69.1 g 脂質: 55.1 g 炭水化物: 208.8 g 塩分: 8.8 g
	◎選択メニュー2 エネルギー: 1524 kcal 蛋白質: 62.3 g 脂質: 37.3 g 炭水化物: 224.5 g 塩分: 8.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1612 kcal 蛋白質: 67.7 g 脂質: 34.1 g 炭水化物: 250.6 g 塩分: 10.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1496 kcal 蛋白質: 58.5 g 脂質: 38.6 g 炭水化物: 220.2 g 塩分: 5.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1440 kcal 蛋白質: 53.5 g 脂質: 32.5 g 炭水化物: 233.7 g 塩分: 6.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1514 kcal 蛋白質: 52.6 g 脂質: 59.6 g 炭水化物: 187.5 g 塩分: 6.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1568 kcal 蛋白質: 54.5 g 脂質: 47.5 g 炭水化物: 220.2 g 塩分: 7.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1635 kcal 蛋白質: 64.2 g 脂質: 63.0 g 炭水化物: 186.8 g 塩分: 9.3 g

\*都合により献立を変更することがあります。