

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 9月

[モナトリエ]

	10(日)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 魚のゆう庵焼き キャベツの和えもの ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 もやしのごま和え 出し巻き卵 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 しらたきのそぼろ炒め 冷奴 佃煮	◎和食 御飯 味噌汁 キャベツのソテー 魚の塩焼 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 しば漬け和え 茄子とベーコンのソテー 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ハムと卵のソテー ししゃも 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ホーレン草お浸し 卵の花 漬け物
	◎洋食 パン ウインナー キャベツの和えもの スープ	◎洋食 パン もやしのサラダ オムレツ スープ	◎洋食 ピザトースト しらたきのサラダ スクランブルエッグ ヤクルト	◎洋食 パン キャベツのソテー ベーコンスライス スープ	◎洋食 チーズパン 胡瓜のサラダ 茄子とベーコンのソテー 牛乳	◎洋食 パン ハムと卵のソテー マカロニサラダ スープ	◎洋食 パン カレーチキン ホーレン草サラダ スープ
昼食	御飯 肉じゃが 春雨のマヨネーズ和え エビ玉 味噌汁 漬け物	御飯 豚肉と玉葱の甘味噌炒め コールスローサラダ おかか煮(白菜) コンソメスープ フルーツ	御飯 鯖の塩焼き レモンのサラダ 根菜の煮付け 味噌汁 フルーツ	白おにぎり 丸天うどん ごまドレッシング和え フルーツ	御飯 松風焼き モロヘイヤの和え物 蕪と豚肉のトトロ煮 味噌汁 漬け物	御飯 たらの山椒揚げ 菜の花のごま味噌和え なすの含煮 清汁 フルーツ	御飯 チキンのレモンソテー 白菜の錦糸和え えび団子の煮物 清汁 漬け物
昼間食	ドーナツ	ロールケーキ	クリームコンフェ	ゼリー	蒸しパン	プリン	バナナカステラ
夕食	御飯 チンジャオロース風 大根のハムサラダ ごぼうの煮付け 中華スープ 飲むヨーグルト	御飯 白身魚のキノコ蒸し 胡瓜のもろみ和え ひじきの煮付け 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の照煮 ふるふき大根 オクラのおかか和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 麻婆豆腐 揚げ茄子のお浸し 伴三絲 清汁 飲むヨーグルト	御飯 煮魚 チンゲン菜のソテー 山芋の和え物 清汁 飲むヨーグルト	御飯 牛肉の生姜煮 しめじと根深葱のバター炒め ホウレン草と竹輪の和え物 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 揚げカレイのおろしかけ めかぶ 厚揚げの煮もの 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 : 2065 kcal 蛋白質 : 68.6 g 脂質 : 72.9 g 炭水化物 : 274.2 g 塩分 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1679 kcal 蛋白質 : 63.6 g 脂質 : 40.8 g 炭水化物 : 258.1 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1615 kcal 蛋白質 : 68.0 g 脂質 : 36.1 g 炭水化物 : 247.4 g 塩分 : 7.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1628 kcal 蛋白質 : 55.0 g 脂質 : 34.5 g 炭水化物 : 258.8 g 塩分 : 6.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1601 kcal 蛋白質 : 64.1 g 脂質 : 28.2 g 炭水化物 : 263.2 g 塩分 : 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1546 kcal 蛋白質 : 66.8 g 脂質 : 33.5 g 炭水化物 : 238.9 g 塩分 : 7.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1791 kcal 蛋白質 : 67.8 g 脂質 : 47.8 g 炭水化物 : 252.1 g 塩分 : 6.7 g
	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1874 kcal 蛋白質 : 57.9 g 脂質 : 73.6 g 炭水化物 : 240.5 g 塩分 : 8.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1590 kcal 蛋白質 : 61.0 g 脂質 : 42.2 g 炭水化物 : 235.8 g 塩分 : 6.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1629 kcal 蛋白質 : 71.3 g 脂質 : 44.4 g 炭水化物 : 230.0 g 塩分 : 7.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1560 kcal 蛋白質 : 51.1 g 脂質 : 38.7 g 炭水化物 : 237.9 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1611 kcal 蛋白質 : 68.8 g 脂質 : 37.4 g 炭水化物 : 241.5 g 塩分 : 7.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1506 kcal 蛋白質 : 62.4 g 脂質 : 38.2 g 炭水化物 : 224.4 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1721 kcal 蛋白質 : 73.9 g 脂質 : 48.5 g 炭水化物 : 229.4 g 塩分 : 8.5 g

*都合により献立を変更することがあります。