

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]

	17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 ポテトの煮物 ウィンナーと野菜炒め 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 鯖の煮付 もやし炒め 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ししゃも スクランブエッグ 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 チンゲン菜サラミハムのソテー 白菜の朝漬け風 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 白菜の昆布和え 南瓜のソテー 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 魚の梅肉焼き キャベツのお浸し 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 厚焼き卵 ホーレン草お浸し 漬けもの
	◎洋食 パン ポテトサラダ ウィンナーと野菜炒め スープ	◎洋食 パン ウィンナー もやし炒め スープ	◎洋食 ロールパン 牛蒡サラダ スクランブエッグ ジュース	◎洋食 パン チンゲン菜サラミハムのソテー マカロニサラダ スープ	◎洋食 パン ベーコンのサラダ 焼き南瓜 スープ	◎洋食 エッグトースト キャベツのソテー ベーコン 牛乳	◎洋食 パン オムレツ スパサラダ スープ
昼食	東築軒風【二色丼】 白和え 味噌汁 フルーツ	【敬老の日】 栗御飯 天ぶら 竹輪のゆかり和え 卵の花 茶碗蒸し 清汁 漬け物	御飯 八宝菜風 伴三絲 シューマイ 中華スープ 漬け物	御飯 豚肉のはちみつ焼き おきゅうとの味噌和え 里芋の煮物 清汁 フルーツ	御飯 酢豚風 ビーンズサラダ 中華イモ 中華スープ 漬け物	御飯 魚の塩焼き 煮物(カンモトキ) リンゴ・ワカメのサラダ 味噌汁 漬け物	中華丼 中華風春雨 中華スープ フルーツ
昼間食	どら焼き	水ようかん	ロールケーキ	お楽しみおやつ (七夕の栗おはぎ)	コーヒゼリー	クリームコンフェ	おはぎ
夕食	御飯 揚げ鶏あんかけ 胡瓜のサラダ 里芋の含煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 もろみ焼き ひじきの煮物 大根の青じそ風味和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 のし鶏 筍の炒め煮 キャベツのポン酢和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 白身魚の竜田焼き ゴーヤのみそ炒め 春菊のお浸し 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の煮つけ 牛蒡とシラタキの炒め煮 ピーナッツ和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 ハンバーグ 大根のサラダ ワカメスープ フルーツ 飲むヨーグルト	御飯 魚の柚子香煮 茄子の華風炒め 春菊の白和え 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: 1936 kcal 蛋白質: 70.2 g 脂質: 47.8 g 炭水化物: 296.7 g 塩分: 7.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1691 kcal 蛋白質: 68.3 g 脂質: 31.3 g 炭水化物: 269.8 g 塩分: 7.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1872 kcal 蛋白質: 83.3 g 脂質: 46.8 g 炭水化物: 269.1 g 塩分: 8.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1491 kcal 蛋白質: 59.8 g 脂質: 28.2 g 炭水化物: 237.2 g 塩分: 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1558 kcal 蛋白質: 59.9 g 脂質: 22.4 g 炭水化物: 265.6 g 塩分: 6.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1758 kcal 蛋白質: 81.5 g 脂質: 49.6 g 炭水化物: 246.4 g 塩分: 6.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1568 kcal 蛋白質: 62.1 g 脂質: 33.5 g 炭水化物: 248.0 g 塩分: 7.3 g
	◎選択メニュー2 エネルギー: 1885 kcal 蛋白質: 67.3 g 脂質: 54.2 g 炭水化物: 273.1 g 塩分: 7.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1661 kcal 蛋白質: 64.7 g 脂質: 36.4 g 炭水化物: 258.2 g 塩分: 8.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1897 kcal 蛋白質: 80.2 g 脂質: 55.1 g 炭水化物: 262.3 g 塩分: 8.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1490 kcal 蛋白質: 59.1 g 脂質: 35.7 g 炭水化物: 221.8 g 塩分: 7.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1607 kcal 蛋白質: 62.1 g 脂質: 32.8 g 炭水化物: 251.8 g 塩分: 8.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1918 kcal 蛋白質: 87.9 g 脂質: 63.0 g 炭水化物: 251.3 g 塩分: 6.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1507 kcal 蛋白質: 59.4 g 脂質: 36.1 g 炭水化物: 230.0 g 塩分: 7.0 g

*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 9月

[モナトリエ]

	24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 大根とツナのソテー ごま豆腐 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 チンゲン菜の胡麻和え 煮魚 佃煮	◎和食 御飯 味噌汁 山芋とろろ ハムソテー 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 じゃがいもの洋風煮 キャベツのごま和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 ホッケの塩焼き 切干し大根の煮付 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 なすとウインナーソテー 青菜のお浸し 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ししゃも キャベツとワカメの土佐酢和え 練物
	◎洋食 パン 大根とツナのソテー ウインナー スープ	◎洋食 パン チンゲン菜のサラダ ウインナー スープ	◎洋食 パン リーフサラダ ハムソテー ジュース	◎洋食 パン ユールスローサラダ じゃがいもの洋風煮 スープ	◎洋食 パン バビーハム 南瓜サラダ スープ	◎洋食 パン なすとウインナーソテー 和風サラダ スープ	◎洋食 ロールパンとあんパン ベーコン キャベツとワカメの土佐サラダ スープ
昼食	御飯 カレームニエル 冬瓜のあんかけ ひじきのサラダ 清汁 漬け物	御飯 豚肉の南蛮漬け じゃが芋の含め煮 ホーレン草お浸し 清汁 フルーツ	ハヤシライス ごぼうサラダ フルーツ	ロールパン エビスパゲティ ツナサラダ コンソメスープ フルーツ	御飯 豚肉のレモン風味焼き 大根の煮物 かニ風味和え 味噌汁 漬け物	御飯 ミートローフ さつま芋サラダ ひじきの煮付け 味噌汁 漬け物	御飯 鶏肉のパン粉焼き 茶そばサラダ チンゲン菜の卵炒め 味噌汁 漬け物
昼間食	バームクーヘン	ゼリー	ミルクくずもち	今川焼き	ドーナツ	ホットケーキ	ワッフル
夕食	御飯 クリームシチュー キッシュ風 和風スパサラダ スープ 飲むヨーグルト	御飯 魚とキノコの味噌マヨ焼き 大根の葛煮 レバニラ風 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の照焼 炒り豆腐 キャベツのサラダ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 茄子の四川風 ホーレン草の卵とじ おきゅうと 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の磯辺焼き風ムニエル 焼き餃子 もやしのマヨネーズ和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 がめ煮 ぜんまいのナムル 揚げだし豆腐 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の香り焼き 大根の中華和え 南瓜の含め煮 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 : 1526 kcal 蛋白質 : 60.0 g 脂質 : 30.3 g 炭水化物 : 246.7 g 塩分 : 7.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1734 kcal 蛋白質 : 77.8 g 脂質 : 37.3 g 炭水化物 : 260.9 g 塩分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1823 kcal 蛋白質 : 72.4 g 脂質 : 49.1 g 炭水化物 : 266.1 g 塩分 : 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1580 kcal 蛋白質 : 61.8 g 脂質 : 36.9 g 炭水化物 : 243.9 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1601 kcal 蛋白質 : 66.4 g 脂質 : 32.2 g 炭水化物 : 254.2 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1876 kcal 蛋白質 : 68.4 g 脂質 : 51.3 g 炭水化物 : 279.8 g 塩分 : 8.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1468 kcal 蛋白質 : 65.1 g 脂質 : 30.3 g 炭水化物 : 227.3 g 塩分 : 7.0 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1563 kcal 蛋白質 : 62.0 g 脂質 : 39.1 g 炭水化物 : 235.6 g 塩分 : 8.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1718 kcal 蛋白質 : 75.5 g 脂質 : 45.6 g 炭水化物 : 244.4 g 塩分 : 7.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1736 kcal 蛋白質 : 69.6 g 脂質 : 50.9 g 炭水化物 : 246.1 g 塩分 : 7.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1554 kcal 蛋白質 : 60.9 g 脂質 : 39.9 g 炭水化物 : 232.4 g 塩分 : 7.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1514 kcal 蛋白質 : 63.9 g 脂質 : 34.3 g 炭水化物 : 225.6 g 塩分 : 7.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1827 kcal 蛋白質 : 70.8 g 脂質 : 55.3 g 炭水化物 : 257.9 g 塩分 : 9.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1377 kcal 蛋白質 : 59.6 g 脂質 : 37.2 g 炭水化物 : 195.4 g 塩分 : 7.0 g

*都合により献立を変更することがあります。