

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 11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 青菜としめじの和えもの 卵の花 ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 魚の青紫蘇オイル焼き 高菜とポテト炒め 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 ごま豆腐 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 ホーレン草お浸し 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 白菜と鶏肉の柚子和え 南瓜のソテー 漬物
	◎洋食 パン 青菜としめじのサラダ 南瓜とハムのソテー スープ	◎洋食 パン オムレツ コールスローサラダ スープ	◎洋食 パン キャベツとツナサラダ 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 パン カリフラワーサラダ 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 キュウリと鶏肉のサラダ スープ
昼食	御飯 キャベツメンチカツ ワカメのサラダ 小松菜の中華炒め コンソメスープ フルーツ	御飯 魚の梅肉焼き えび団子の煮物 ハムとブロッコリーのサラダ 清汁 漬け物	パン スパゲティミートソース さつま芋サラダ コンソメスープ フルーツ	御飯 魚のピーナツ焼き 里芋の真砂和え 牛肉とごぼう炒め 清汁	御飯 焼き肉 五目煮 ごま酢和え 味噌汁 りんごヨーグルト	御飯 魚の香草蒸し イカのゴマ酢和え 山クラゲの炒り煮 味噌汁 漬け物	御飯 コロケ 焼きビーフン ドレッシング和え 清汁 漬け物
昼間食	しっとり饅頭	ゼリー	バナナカステラ	【お楽しみおやつ】 焼き芋とソフトクリーム	クリームコンフェ	水ようかん	今川焼き
夕食	御飯 魚の照焼 厚揚げのおでん風煮込み 胡瓜のしば漬け和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 マーボー豆腐 ホウレン草と竹輪の和え物 もずく酢 清汁 飲むヨーグルト	御飯 煮魚 生酢 厚揚げと鶏肉のソテー 清汁 飲むヨーグルト	御飯 松風焼き 切干し大根煮付 なめたけの五目和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の磯辺揚げ ひじきの煮付け シューマイ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の吉野煮 大根とベーコンのソテー ポテトサラダ(りんご) 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚のおろしポン酢かけ チンゲン菜のきのこ和え 蓮根の金平 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 : 1636 kcal 蛋白質 : 57.3 g 脂質 : 34.5 g 炭水化物 : 265.9 g 塩分 : 6.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1745 kcal 蛋白質 : 75.9 g 脂質 : 43.7 g 炭水化物 : 251.4 g 塩分 : 7.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1821 kcal 蛋白質 : 68.4 g 脂質 : 46.3 g 炭水化物 : 271.0 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1632 kcal 蛋白質 : 76.8 g 脂質 : 34.1 g 炭水化物 : 247.1 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1921 kcal 蛋白質 : 73.6 g 脂質 : 67.2 g 炭水化物 : 251.2 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1662 kcal 蛋白質 : 60.0 g 脂質 : 42.5 g 炭水化物 : 250.5 g 塩分 : 6.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1614 kcal 蛋白質 : 53.1 g 脂質 : 36.7 g 炭水化物 : 260.3 g 塩分 : 6.8 g
	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1635 kcal 蛋白質 : 58.0 g 脂質 : 40.2 g 炭水化物 : 254.9 g 塩分 : 7.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1671 kcal 蛋白質 : 72.2 g 脂質 : 47.3 g 炭水化物 : 227.8 g 塩分 : 6.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1695 kcal 蛋白質 : 66.7 g 脂質 : 46.6 g 炭水化物 : 242.1 g 塩分 : 7.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1615 kcal 蛋白質 : 74.1 g 脂質 : 40.3 g 炭水化物 : 234.0 g 塩分 : 7.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1827 kcal 蛋白質 : 70.5 g 脂質 : 68.6 g 炭水化物 : 235.0 g 塩分 : 6.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1707 kcal 蛋白質 : 59.9 g 脂質 : 48.6 g 炭水化物 : 248.0 g 塩分 : 7.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1567 kcal 蛋白質 : 54.8 g 脂質 : 41.8 g 炭水化物 : 238.7 g 塩分 : 6.3 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 11月

[モナトリエ]

	19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 焼き魚 しそ昆布和え 漬けもの	◎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 高菜油炒め 味付けのり	◎和食 御飯 味噌汁 厚焼き卵 大根の金平 漬けもの	◎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 ごぼうと牛肉の煮付け ふだんそうの袖子和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 カリフラワーとソーセージソテー 甘酢和え 漬けもの
	◎洋食 パン チンゲン菜のソテー ベビーハム スープ	◎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 マカロニソテー 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 スパサラダ フルーツ スープ	◎洋食 パン カリフラワーとソーセージソテー キャベツのサラダ スープ
昼食	御飯 魚の南部焼き 竹輪の柳川風煮 お浸し 味噌汁 漬け物	さつま芋御飯 天ぷら盛り合わせ 生酢 厚揚げの煮付け 茶碗蒸し 赤だし 漬け物	御飯 ピーナツ風味焼き 水菜のサラダ ひじきの煮付け おぼろ汁 フルーツ	ハヤシライス さつま芋サラダ カニ入りコンソメスープ フルーツ	御飯 豚肉の中華焼き肉 ミモザサラダ 煮物(カントキ) 中華スープ 漬け物	御飯 白身魚の紫蘇オイル焼き キャベツのマリネ和え じゃが芋のカレーコンソメ煮 味噌汁 漬け物	おにぎり みそラーメン 餃子 フルーツ
昼間食	ロールケーキ	豆パン	たい焼き	クリームコンフェ	プリン	今川焼き	わらびもち
夕食	御飯 豚肉のカレー焼き 冬瓜の白煮鮎かけ 春雨のマヨネーズ和え おぼろ汁 飲むヨーグルト	御飯 カレイの煮付 もやし炒め オクラのおかか和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の照煮 春雨の中華和え ニラ玉 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 海老団子のチリソース和え アスパラの中華炒め ホーレン草お浸し 清汁 飲むヨーグルト	御飯 味噌煮 南瓜含煮 卵の花 清汁 飲むヨーグルト	御飯 蒸し鶏肉の塩ダレかけ 蓮根の金平 もやしのごま和え 中華スープ 飲むヨーグルト	御飯 パン粉焼き 白菜のしそ昆布和え 五目豆煮 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 : 1691 kcal 蛋白質 : 74.5 g 脂質 : 39.8 g 炭水化物 : 253.0 g 塩分 : 7.1 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1607 kcal 蛋白質 : 73.3 g 脂質 : 41.6 g 炭水化物 : 232.4 g 塩分 : 8.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1952 kcal 蛋白質 : 74.8 g 脂質 : 49.7 g 炭水化物 : 288.4 g 塩分 : 8.8 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1820 kcal 蛋白質 : 69.3 g 脂質 : 48.0 g 炭水化物 : 266.7 g 塩分 : 9.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1799 kcal 蛋白質 : 71.8 g 脂質 : 47.4 g 炭水化物 : 265.9 g 塩分 : 9.4 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1783 kcal 蛋白質 : 68.5 g 脂質 : 50.7 g 炭水化物 : 260.5 g 塩分 : 9.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1861 kcal 蛋白質 : 58.8 g 脂質 : 58.9 g 炭水化物 : 253.1 g 塩分 : 7.1 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1724 kcal 蛋白質 : 55.0 g 脂質 : 57.4 g 炭水化物 : 227.6 g 塩分 : 6.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1570 kcal 蛋白質 : 69.3 g 脂質 : 26.3 g 炭水化物 : 255.1 g 塩分 : 7.0 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1558 kcal 蛋白質 : 64.9 g 脂質 : 31.2 g 炭水化物 : 247.9 g 塩分 : 7.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1614 kcal 蛋白質 : 64.1 g 脂質 : 31.6 g 炭水化物 : 258.7 g 塩分 : 7.1 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1510 kcal 蛋白質 : 60.3 g 脂質 : 35.1 g 炭水化物 : 232.1 g 塩分 : 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1588 kcal 蛋白質 : 59.3 g 脂質 : 21.5 g 炭水化物 : 279.9 g 塩分 : 5.1 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1569 kcal 蛋白質 : 59.6 g 脂質 : 26.1 g 炭水化物 : 267.2 g 塩分 : 5.9 g

*都合により献立を変更することがあります。