

施設長	施設栄養士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和6年 3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 ホッケの塩焼き 卵豆腐 春雨の和風和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 蓮根の金平 白和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 魚の醤油焼き チンゲン菜の卵炒め 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ミートボール かニ風味和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 チンゲン菜のソテー 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 鯖の塩焼 ジャーマンポテト風 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 大根のピーナッツ和え さつま芋の甘露煮 味付けのり
	◎洋食 パン 春雨のサラダ ベーコン スープ	◎洋食 ロールパンとマーブルパン ポテトサラダ ロースハム 牛乳	◎洋食 パン ペビーハム チンゲン菜の卵炒め スープ	◎洋食 パン ミートボール かニ風味サラダ ヤクルト	◎洋食 パン チンゲン菜のソテー マカロニサラダ スープ	◎洋食 パン ポイルウインナー ジャーマンポテト スープ	◎洋食 パン 大根のピーナッツサラダ 豚そぼろと玉葱ソテー 牛乳
昼食	御飯 魚の海鮮風味塩ダレ焼き 山クラゲの炒り煮 オクラのポン酢 豚汁 フルーツ	御飯 牛肉と野菜のスタミナ炒め ホーレン草とツナのサラダ 切干し大根の煮付 清汁 漬けもの	御飯 カレームニエル 水菜のサラダ アスパラソテー トマトのスープ 漬けもの	御飯 豚肉の生姜焼き チーズ風味サラダ 竹輪の金平風 おぼろ汁 漬けもの	御飯 魚のレモンあんかけ あさりのソテー ぜんまいのナムル 味噌汁 漬けもの	オムハヤシライス エビサラダ盛り合わせ コンソメスープ フルーツ	御飯 煮魚 ポテトの煮物 キャベツのお浸し 味噌汁 漬けもの
昼間食	カステラ	オレンジ蒸しパンケーキ	今川焼き	どら焼き	ゼリー	ミルクくずもち	イチゴクレープ
夕食	御飯 松風焼き ポテトの煮物 胡瓜のドレッシング和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の木の芽風味焼き 小松菜のお浸し 煮物(はんぺん) 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 チキンカツ とろろ梅風味 レバーの甘辛煮 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 煮魚 さつまいもの含煮 アスパラ和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 ゆで鶏の柚子味噌かけ しらたきの煮物 イカのドレッシング和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鱈の卸しポン酢かけ 白菜のおかか煮 春雨の緑酢和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 揚だし豆腐 レバーの生姜煮 カリフラワーの梅風味和え 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 : 1723 kcal 蛋白質 : 70.9 g 脂質 : 38.1 g 炭水化物 : 271.1 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1872 kcal 蛋白質 : 65.2 g 脂質 : 56.8 g 炭水化物 : 262.5 g 塩分 : 7.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1770 kcal 蛋白質 : 82.9 g 脂質 : 34.8 g 炭水化物 : 268.3 g 塩分 : 5.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1628 kcal 蛋白質 : 67.3 g 脂質 : 27.6 g 炭水化物 : 266.1 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1567 kcal 蛋白質 : 59.0 g 脂質 : 28.4 g 炭水化物 : 220.0 g 塩分 : 6.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1762 kcal 蛋白質 : 66.1 g 脂質 : 46.8 g 炭水化物 : 255.9 g 塩分 : 6.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1654 kcal 蛋白質 : 67.5 g 脂質 : 35.2 g 炭水化物 : 260.9 g 塩分 : 7.1 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1653 kcal 蛋白質 : 65.7 g 脂質 : 42.5 g 炭水化物 : 251.3 g 塩分 : 8.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1838 kcal 蛋白質 : 64.3 g 脂質 : 62.8 g 炭水化物 : 226.2 g 塩分 : 6.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1675 kcal 蛋白質 : 81.4 g 脂質 : 35.3 g 炭水化物 : 249.0 g 塩分 : 6.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1587 kcal 蛋白質 : 67.4 g 脂質 : 28.9 g 炭水化物 : 255.6 g 塩分 : 7.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1547 kcal 蛋白質 : 56.9 g 脂質 : 34.3 g 炭水化物 : 202.1 g 塩分 : 7.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1762 kcal 蛋白質 : 64.4 g 脂質 : 54.6 g 炭水化物 : 246.1 g 塩分 : 7.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1606 kcal 蛋白質 : 68.8 g 脂質 : 44.3 g 炭水化物 : 230.7 g 塩分 : 7.1 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6年 3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 インゲンとパプリカのソテー 焼き魚 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 竹輪の柳川風 佃煮	◎和食 御飯 味噌汁 ひじきと豚肉の煮付け 白菜の梅風味あえ 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 たけのこの金平 魚のピーナツ風味焼き ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 青菜のごま和え えび団子の煮物 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ソーセージソテー 落とし焼き 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 モロヘイヤの和え物 魚のバジルオイル焼き 佃煮
	◎洋食 パン インゲンとパプリカのソテー 胡瓜とツナのサラダ スープ	◎洋食 パン オムレツ マカロニサラダ ジュース	◎洋食 パン ロースハム 白菜の梅風味サラダ 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 スパゲティーサラダ ハッシュドポテト スープ	◎洋食 パン ソーセージソテー 落とし焼き 牛乳	◎洋食 パン モロヘイヤサラダ ベーコンとえのきのソテー スープ
昼食	豚玉葱味噌バター丼 お浸し(小松菜) 焼きなす 清汁 漬けもの	御飯 黒酢団子 水菜のサラダ ベーコンソテー コンソメスープ フルーツ	白おにぎり 焼きそば 春巻き ポテトサラダ(りんご) フルーツ	五目御飯 貝汁 ミニ天ぷら キュウリとワカメの酢物 ふるふき大根 茶碗蒸し 漬けもの	御飯 鰻フライ 水菜のサラダ 里芋のそぼろ煮 おぼろ汁 漬けもの	中華丼 シューマイ ワカメスープ フルーツ	御飯 魚の味噌煮 春菊の胡麻和え もやし炒め 茶そば汁 漬けもの
昼間食	ドーナツ	ホットケーキ	ゼリー	おはぎ	丸ボーロ	ミルクずもち	ドーナツ
夕食	御飯 ぶり大根 蓮根の金平 オクラのおかか和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 たけのこと豚肉のソテー 南瓜含煮 胡瓜の柚子味噌和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の照焼 大学芋 お浸し(チンゲン菜) 清汁 飲むヨーグルト	御飯 煮魚 カニ風味和え 厚揚げの煮物 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉と大根のソテー 青菜とかまぼこの和えもの 茄子の含め煮 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚のムニエル 胡瓜のドレッシング和え 揚げだし豆腐 中華卵スープ 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉のごま焼き チンゲン菜のお浸し 牛蒡の金平 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 : 1693 kcal 蛋白質 : 67.6 g 脂質 : 39.3 g 炭水化物 : 254.9 g 塩分 : 7.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1735 kcal 蛋白質 : 61.3 g 脂質 : 42.0 g 炭水化物 : 268.2 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1643 kcal 蛋白質 : 47.2 g 脂質 : 41.7 g 炭水化物 : 244.4 g 塩分 : 6.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1640 kcal 蛋白質 : 71.9 g 脂質 : 35.1 g 炭水化物 : 250.7 g 塩分 : 10.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1620 kcal 蛋白質 : 62.6 g 脂質 : 26.2 g 炭水化物 : 268.3 g 塩分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1760 kcal 蛋白質 : 67.8 g 脂質 : 52.5 g 炭水化物 : 248.0 g 塩分 : 6.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1675 kcal 蛋白質 : 72.7 g 脂質 : 40.7 g 炭水化物 : 255.5 g 塩分 : 9.8 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1609 kcal 蛋白質 : 64.0 g 脂質 : 41.4 g 炭水化物 : 236.6 g 塩分 : 7.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1740 kcal 蛋白質 : 59.0 g 脂質 : 48.9 g 炭水化物 : 261.1 g 塩分 : 7.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1667 kcal 蛋白質 : 49.9 g 脂質 : 48.4 g 炭水化物 : 233.3 g 塩分 : 7.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1536 kcal 蛋白質 : 66.5 g 脂質 : 37.7 g 炭水化物 : 228.1 g 塩分 : 11.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1490 kcal 蛋白質 : 59.2 g 脂質 : 25.9 g 炭水化物 : 249.5 g 塩分 : 6.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1742 kcal 蛋白質 : 71.6 g 脂質 : 60.2 g 炭水化物 : 226.9 g 塩分 : 5.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1651 kcal 蛋白質 : 67.9 g 脂質 : 50.1 g 炭水化物 : 234.6 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。