

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 11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 ソーセージソテー 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	◎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
	◎洋食 パン ソーセージソテー ナチュラルポテトチーズ 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	◎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 ローズハム 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
昼食	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 鶏肉と彩野菜の塩こうじ炒め ドレッシング和え 清汁 漬け物	御飯 魚の南部焼き 竹輪の柳川風煮 お浸し 味噌汁 漬け物	銀杏御飯 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(ガントキ) 中華スープ 漬け物
昼間食	水ようかん	今川焼き	ロールケーキ	豆パン	たい焼き	クリームコンフェ	プリン
夕食	御飯 鶏肉の吉野煮 水菜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	御飯 豚肉のカレー焼き 冬瓜の白煮餡かけ 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 揚げシューマイのチリソース和 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
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1617 kcal 蛋白質 : 60.3 g 脂質 : 36.3 g 炭水化物 : 252.7 g 塩分 : 6.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1566 kcal 蛋白質 : 64.3 g 脂質 : 29.5 g 炭水化物 : 249.0 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1688 kcal 蛋白質 : 74.6 g 脂質 : 39.7 g 炭水化物 : 252.0 g 塩分 : 7.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1960 kcal 蛋白質 : 76.6 g 脂質 : 49.8 g 炭水化物 : 288.1 g 塩分 : 8.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1773 kcal 蛋白質 : 71.4 g 脂質 : 44.8 g 炭水化物 : 265.8 g 塩分 : 9.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1832 kcal 蛋白質 : 63.4 g 脂質 : 55.2 g 炭水化物 : 267.0 g 塩分 : 7.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1566 kcal 蛋白質 : 68.5 g 脂質 : 26.2 g 炭水化物 : 254.4 g 塩分 : 7.0 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1670 kcal 蛋白質 : 61.7 g 脂質 : 43.1 g 炭水化物 : 249.7 g 塩分 : 7.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1488 kcal 蛋白質 : 63.7 g 脂質 : 32.0 g 炭水化物 : 227.3 g 塩分 : 5.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1604 kcal 蛋白質 : 73.4 g 脂質 : 41.5 g 炭水化物 : 231.5 g 塩分 : 8.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1828 kcal 蛋白質 : 71.1 g 脂質 : 48.1 g 炭水化物 : 266.4 g 塩分 : 9.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1757 kcal 蛋白質 : 68.1 g 脂質 : 48.1 g 炭水化物 : 260.4 g 塩分 : 9.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1696 kcal 蛋白質 : 59.7 g 脂質 : 53.7 g 炭水化物 : 241.6 g 塩分 : 6.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1554 kcal 蛋白質 : 64.1 g 脂質 : 31.1 g 炭水化物 : 247.2 g 塩分 : 7.4 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 11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 ごぼうと牛肉の煮付け ふだんそうの柚子和え 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	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 山芋のポン酢和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 魚の梅肉ソースかけ ピーナッツ和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 角天の煮物 白菜のお浸し 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 卵豆腐 魚の塩焼き 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 しめじとツナの和えもの ホッケの塩焼 漬物
	◎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	◎洋食 パン ベーコン 南瓜サラダ コンク	◎洋食 パン スクラブルエッグ もやしサラダ スープ	◎洋食 パン ロースハム 白菜のサラダ スープ	◎洋食 パン ゆで卵 チキンサラダ スープ	◎洋食 パン アスパラとツナのサラダ 豚肉と玉葱ソテー スープ
昼食	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	御飯 味噌煮 胡瓜まさご和え ふろふき大根 清汁 フルーツ	御飯 ビーフンチューー 海老フライ コンソメスープ フルーツ	御飯 魚とキノコの和風マヨ焼き ひじきのサラダ 焼きビーフン 中華スープ 漬け物	御飯 牛肉のくわ焼き 厚揚げの柚子和え 蓮根の金平 赤だし 漬け物	御飯 かれの野菜あん なすの含煮 もやしのゴママヨ和え けんちん汁 フルーツ
昼間食	クリームコンフェ	わらびもち	ワッフル	どら焼き	クレープ	カステラ	プチパンケーキ
夕食	御飯 蒸し鶏肉の塩ダレかけ ひじきの煮付け お浸し(小松菜) 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	御飯 ハンバーグ 春雨サラダ フライドポテト トマトコンソメスープ 飲むヨーグルト	御飯 和風ピカタ 山クラゲの炒り煮 春菊の白和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉あっさり煮 アスパラの炒め物 イカの柚子和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の生姜煮 胡瓜とムキエビの酢の物 竹輪の炒め煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 温ししゃぶしゃぶ サラダスパ レバーの生姜煮 卵とワカメの中華スープ 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 : 1593 kcal 蛋白質 : 65.2 g 脂質 : 37.4 g 炭水化物 : 243.1 g 塩分 : 7.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1487 kcal 蛋白質 : 54.3 g 脂質 : 19.3 g 炭水化物 : 264.0 g 塩分 : 4.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1695 kcal 蛋白質 : 67.3 g 脂質 : 42.6 g 炭水化物 : 258.7 g 塩分 : 5.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1909 kcal 蛋白質 : 73.9 g 脂質 : 52.4 g 炭水化物 : 272.4 g 塩分 : 5.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1616 kcal 蛋白質 : 65.4 g 脂質 : 37.4 g 炭水化物 : 249.0 g 塩分 : 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1692 kcal 蛋白質 : 73.9 g 脂質 : 37.0 g 炭水化物 : 255.3 g 塩分 : 7.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1870 kcal 蛋白質 : 88.6 g 脂質 : 47.7 g 炭水化物 : 259.5 g 塩分 : 7.1 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1517 kcal 蛋白質 : 61.8 g 脂質 : 40.9 g 炭水化物 : 222.9 g 塩分 : 8.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1468 kcal 蛋白質 : 54.6 g 脂質 : 23.9 g 炭水化物 : 251.3 g 塩分 : 5.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1738 kcal 蛋白質 : 67.1 g 脂質 : 55.2 g 炭水化物 : 234.5 g 塩分 : 5.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1900 kcal 蛋白質 : 73.4 g 脂質 : 56.9 g 炭水化物 : 262.7 g 塩分 : 6.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1514 kcal 蛋白質 : 63.8 g 脂質 : 40.3 g 炭水化物 : 221.5 g 塩分 : 6.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1635 kcal 蛋白質 : 72.5 g 脂質 : 40.8 g 炭水化物 : 235.6 g 塩分 : 7.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1914 kcal 蛋白質 : 89.5 g 脂質 : 54.9 g 炭水化物 : 256.9 g 塩分 : 7.9 g

\*都合により献立を変更することがあります。