

施設長	施設栄養士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和7年 2月

[モナトリエ]

	9(日)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 ごぼうの煮付け 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 大根おろし ししゃも 佃煮	◎和食 御飯 味噌汁 魚の梅肉焼き 卵の花 ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 卵豆腐 高菜とポテト炒め 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 和え物(キャベツ) 魚の塩焼 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ウインナー きゅうりの酢の物 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 白和え しらたきの煮物 練物
	◎洋食 パン ウインナー グリーンサラダ スープ	◎洋食 パン ナポリタンスパゲティー オムレツ 牛乳	◎洋食 パン 青菜としめじのソテー ベビーハム スープ	◎洋食 パン スペイン風スクランブルエッグ キャベツとベーコンサラダ スープ	◎洋食 パン キャベツのサラダ 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 エッグサンド ブロッコリーサラダ オムレツ 牛乳
昼食	御飯 チキン南蛮 きゅうりの酢味噌和え しらたきの金平 清汁 フルーツ	御飯 魚のタルタル焼き 大根サラダ 小松菜の豆乳スープ 漬けもの	御飯 筑前煮 もずく酢 なすとえのきの炒め物 清汁 漬物	御飯 鶏肉の照焼 山クラゲの炒り煮 清汁 漬けもの	御飯 魚のパン粉焼き ザーサイと豚肉の中華炒め カリフラワーのゆかり和え ワンタンスープ 漬物	ハヤシライス スパサラダ フルーツ 漬け物	御飯 豚肉の生姜煮 酢の物 焼きなす 味噌汁 フルーツ
昼間食	カステラ	豆蒸しパン	今川焼き	杏仁フルーツ	ドーナツ	チョコレートムース	クリームコンフェ
夕食	御飯 魚の煮付 茄子のソテー ニラ玉 粕汁 飲むヨーグルト	御飯 カレー肉じゃが たけのこの中華炒め ホーレン草お浸し 清汁 飲むヨーグルト	御飯 天津風カニ玉 大根の田舎煮 ホーレン草の和えもの 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 揚だし豆腐 竹輪の煮物 大根の柚子香和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉のソテー 茶そばサラダ 長芋の三杯酢 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鯖の塩焼き 厚揚げそぼろ煮 ササミのサラダ 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鯖のおかか焼き キムチ炒め リーフサラダ 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 : 1731 kcal 蛋白質 : 65.4 g 脂質 : 38.1 g 炭水化物 : 269.0 g 塩分 : 8.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1591 kcal 蛋白質 : 64.1 g 脂質 : 33.1 g 炭水化物 : 249.0 g 塩分 : 5.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1583 kcal 蛋白質 : 62.8 g 脂質 : 29.5 g 炭水化物 : 256.0 g 塩分 : 8.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1565 kcal 蛋白質 : 57.9 g 脂質 : 37.2 g 炭水化物 : 237.5 g 塩分 : 8.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1643 kcal 蛋白質 : 69.5 g 脂質 : 30.0 g 炭水化物 : 267.9 g 塩分 : 10.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1750 kcal 蛋白質 : 71.0 g 脂質 : 56.8 g 炭水化物 : 238.4 g 塩分 : 8.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1574 kcal 蛋白質 : 63.3 g 脂質 : 30.7 g 炭水化物 : 247.8 g 塩分 : 5.9 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1681 kcal 蛋白質 : 63.9 g 脂質 : 46.6 g 炭水化物 : 242.6 g 塩分 : 7.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1574 kcal 蛋白質 : 65.4 g 脂質 : 39.8 g 炭水化物 : 229.9 g 塩分 : 4.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1526 kcal 蛋白質 : 59.8 g 脂質 : 30.2 g 炭水化物 : 245.3 g 塩分 : 10.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1570 kcal 蛋白質 : 60.4 g 脂質 : 45.5 g 炭水化物 : 215.6 g 塩分 : 7.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1576 kcal 蛋白質 : 66.7 g 脂質 : 34.0 g 炭水化物 : 247.2 g 塩分 : 9.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1742 kcal 蛋白質 : 71.3 g 脂質 : 61.5 g 炭水化物 : 227.9 g 塩分 : 8.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1512 kcal 蛋白質 : 69.6 g 脂質 : 35.9 g 炭水化物 : 219.6 g 塩分 : 5.8 g

*都合により献立を変更することがあります。