

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 3月

[モナトリエ]

	16(日)	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
朝食	◎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	◎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 煮魚 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 魚のピーナッツ風味焼き ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 青菜のごま和え 牛肉とごぼうの煮付け 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
	◎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	◎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 ミニハンバーグ スープ	◎洋食 パン ソーセージソテー 落とし焼き 牛乳
昼食	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	豚肉と玉ねぎバター丼 お浸し(小松菜) 清汁 漬けもの	御飯 香草焼き 水菜のサラダ ベーコンソテー コンソメスープ フルーツ	パン ホーレン草とベーコン和風スパゲティー ポテトサラダ(りんご) フルーツ	五目御飯 貝汁 天ぷら キュウリとワカメの酢物 茶碗蒸し 漬けもの	御飯 鱈フライ 水菜のサラダ 里芋のそぼろ煮 おぼろ汁 漬けもの	海鮮中華丼 シューマイ ワカメスープ フルーツ
昼間食	ドーナツ	イチゴクレープ	ホットケーキ	ゼリー	おはぎ	丸ボーロ	今川焼き
夕食	御飯 揚げだし豆腐 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	御飯 魚の煮つけ 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 あさりの柚子味噌和え 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 青菜とカマボコの和えもの 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
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1821 kcal 蛋白質 : 68.9 g 脂質 : 39.8 g 炭水化物 : 277.1 g 塩分 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1670 kcal 蛋白質 : 64.6 g 脂質 : 41.1 g 炭水化物 : 232.6 g 塩分 : 6.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1641 kcal 蛋白質 : 66.7 g 脂質 : 28.0 g 炭水化物 : 260.6 g 塩分 : 7.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1565 kcal 蛋白質 : 52.4 g 脂質 : 31.5 g 炭水化物 : 238.1 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1742 kcal 蛋白質 : 78.8 g 脂質 : 43.2 g 炭水化物 : 242.1 g 塩分 : 9.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1659 kcal 蛋白質 : 63.9 g 脂質 : 25.4 g 炭水化物 : 274.3 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1810 kcal 蛋白質 : 70.9 g 脂質 : 50.5 g 炭水化物 : 251.8 g 塩分 : 6.0 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1753 kcal 蛋白質 : 70.1 g 脂質 : 48.8 g 炭水化物 : 246.9 g 塩分 : 7.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1566 kcal 蛋白質 : 60.9 g 脂質 : 43.1 g 炭水化物 : 214.3 g 塩分 : 6.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1657 kcal 蛋白質 : 64.5 g 脂質 : 35.5 g 炭水化物 : 259.2 g 塩分 : 7.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1569 kcal 蛋白質 : 55.0 g 脂質 : 38.1 g 炭水化物 : 227.0 g 塩分 : 7.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1618 kcal 蛋白質 : 73.3 g 脂質 : 45.7 g 炭水化物 : 219.5 g 塩分 : 10.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1539 kcal 蛋白質 : 61.6 g 脂質 : 28.6 g 炭水化物 : 248.4 g 塩分 : 6.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1772 kcal 蛋白質 : 74.6 g 脂質 : 58.1 g 炭水化物 : 230.7 g 塩分 : 5.6 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7年 3月

[モナトリエ]

	23(日)	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)
朝食	◎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	◎和食 麦御飯 味噌汁 小松菜とウインナーの炒め物 山芋とろろ 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 ミートボールの煮物 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 いわしのぬか炊き 温泉卵 煮豆	◎和食 御飯 味噌汁 魚の香り焼き 胡瓜とツナの和えもの 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 舞茸とウインナーのバター炒め ふだんそうのお浸し 味付けのり	◎和食 御飯 味噌汁 白菜のごま和え じゃが芋のそぼろ炒め 漬けもの
	◎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	◎洋食 パン 小松菜とウインナーの炒め物 ブロッコリーサラダ スープ	◎洋食 パン ミートボールの煮物 カリフラワーのドレッシング和え コンク	◎洋食 パン ウインナー スクランブルエッグ スープ	◎洋食 パン ナポリタンスパ 胡瓜とツナの和えもの ジュース	◎洋食 パン ベビーリーフ和風サラダ 舞茸とウインナーのバター炒め スープ	◎洋食 パン ポテトサラダ ベーコン スープ
昼食	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	御飯 ハンバーグ マリネサラダ イタリンスープ フルーツ	御飯 魚の利久焼き チンゲン菜の卵炒め 大根のサラダ中華風 清汁 漬けもの	御飯 豚カツ 蓮根の金平 もずく酢 赤だし フルーツ	御飯 豆腐四川炒め 春雨のサラダ えのきのソテー ワンタンスープ 漬けもの	御飯 魚の生姜煮 チンゲン菜のソテー ポテトと三つ葉のサラダ 味噌汁 漬けもの	御飯 鶏肉の柚子味噌焼き キャベツのマヨネーズ和え フレンチポテト コンソメスープ 漬けもの
昼間食	ドーナツ	まんじゅう	シュークリーム	ゼリー	プリン	クリームコンフェ	ホットケーキ
夕食	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	御飯 魚の和風焼き キムチ和え しらたきの煮物 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉とアスパラのソテー okraのおかか和え 焼きビーフン 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚のムニエル キャベツのゆかり和え 高野豆腐の含め煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鯖の煮付 蕪の煮物 ささみの胡麻和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉の塩コンブ炒め 切干し大根の煮付 ごま和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の中華あんかけ そうめんサラダ 山クラゲの炒り煮 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 : 1722 kcal 蛋白質 : 74.2g 脂質 : 38.7g 炭水化物 : 256.0g 塩分 : 9.7g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1584 kcal 蛋白質 : 60.4g 脂質 : 39.9g 炭水化物 : 236.4g 塩分 : 5.3g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1569 kcal 蛋白質 : 66.2g 脂質 : 29.5g 炭水化物 : 235.2g 塩分 : 7.9g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1823 kcal 蛋白質 : 69.5g 脂質 : 37.9g 炭水化物 : 285.0g 塩分 : 7.3g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1455 kcal 蛋白質 : 64.0g 脂質 : 33.2g 炭水化物 : 218.3g 塩分 : 7.4g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1492 kcal 蛋白質 : 64.3g 脂質 : 30.4g 炭水化物 : 233.7g 塩分 : 7.2g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1599 kcal 蛋白質 : 58.0g 脂質 : 45.9g 炭水化物 : 230.2g 塩分 : 8.5g
	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1672 kcal 蛋白質 : 68.5g 脂質 : 47.9g 炭水化物 : 235.1g 塩分 : 9.2g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1524 kcal 蛋白質 : 58.9g 脂質 : 43.7g 炭水化物 : 216.3g 塩分 : 5.9g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1494 kcal 蛋白質 : 65.0g 脂質 : 31.0g 炭水化物 : 223.2g 塩分 : 7.6g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1629 kcal 蛋白質 : 60.9g 脂質 : 40.5g 炭水化物 : 248.5g 塩分 : 7.4g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1381 kcal 蛋白質 : 58.0g 脂質 : 32.4g 炭水化物 : 213.4g 塩分 : 6.7g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1414 kcal 蛋白質 : 62.2g 脂質 : 32.8g 炭水化物 : 213.1g 塩分 : 7.5g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1589 kcal 蛋白質 : 58.2g 脂質 : 52.7g 炭水化物 : 214.2g 塩分 : 8.4g

\*都合により献立を変更することがあります。