

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30日(日)～4月5日(土)

[モナトリエ]

	3/30(日)	31(月)	4/1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 白和え 里芋の含煮 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 魚の塩焼 大根おろし 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 じゃがいもの洋風煮 キャベツのごま和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 ホッケの塩焼き 切干し大根の煮付 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 なすのソテー 青菜のお浸し 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ホウレン草の菜種ソテー キャベツとワカメの土佐酢和え 練物	◎和食 御飯 味噌汁 魚のゆかり焼き えのき和え 漬けもの
	◎洋食 パン ゆで卵 里芋サラダ スープ	◎洋食 パン スクランブルエッグ 大根の和風サラダ スープ	◎洋食 パン コールスローサラダ じゃがいもの洋風煮 スープ	◎洋食 パン ウインナー 南瓜サラダ スープ	◎洋食 パン なすのソテー 和風サラダ スープ	◎洋食 ロールパン ホウレン草の菜種ソテー キャベツとワカメの土佐サラダ 牛乳	◎洋食 パン ベーコン マカロニサラダ コンク
昼食	御飯 魚の木の芽焼き しろ菜のお浸し こんにゃくの金平 清汁 漬けもの	御飯 棒々鳥 南瓜含煮 ワカメスープ フルーツ	赤飯 魚の田舎煮 大根の信田煮 キュウリとワカメの酢物 味噌汁 漬けもの	春彩丼 冬瓜の含め煮 おぼろ汁 フルーツ	御飯 鯖の塩焼き 白菜と彩野菜の甘酢炒め 沢煮椀(汁) フルーツ	御飯 ビーフシチュー きのこのバター炒め グリーンサラダ フルーツ 漬けもの	御飯 魚の煮付 シーザーサラダ イカニラ玉 清汁
昼間食	バウムクーヘン	ワッフル	ミニシュークリーム	ドーナツ	ホットケーキ	ゼリー	しつとり饅頭
夕食	御飯 牛肉と牛蒡の中華炒め オクラのオカカ和え 焼きビーフン 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の煮付け マロニーの酢の物 厚揚げの煮付け 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉のケチャップ煮 ブロッコリーのゴマ風味和え もやし炒め 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豆腐ハンバーグ 玉葱とハムのソテー 小松菜の錦糸和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉のニラ塩炒め 卵の花 カリフラワーのソテー 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鱈フライ 大根のそぼろ煮 冷奴 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 青椒肉絲風 青菜の中華和え 中華イモ ワカメスープ 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 : 1403 kcal 蛋白質 : 69.5 g 脂質 : 26.8 g 炭水化物 : 199.6 g 塩分 : 5.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1274 kcal 蛋白質 : 52.4 g 脂質 : 14.2 g 炭水化物 : 223.7 g 塩分 : 10.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1509 kcal 蛋白質 : 71.3 g 脂質 : 24.5 g 炭水化物 : 239.5 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1745 kcal 蛋白質 : 67.8 g 脂質 : 41.8 g 炭水化物 : 257.3 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1707 kcal 蛋白質 : 57.5 g 脂質 : 51.7 g 炭水化物 : 245.4 g 塩分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1635 kcal 蛋白質 : 64.6 g 脂質 : 36.1 g 炭水化物 : 229.3 g 塩分 : 4.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1651 kcal 蛋白質 : 65.3 g 脂質 : 47.9 g 炭水化物 : 218.6 g 塩分 : 8.1 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1379 kcal 蛋白質 : 66.7 g 脂質 : 34.3 g 炭水化物 : 183.7 g 塩分 : 7.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1246 kcal 蛋白質 : 50.8 g 脂質 : 18.2 g 炭水化物 : 210.2 g 塩分 : 9.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1479 kcal 蛋白質 : 70.3 g 脂質 : 27.4 g 炭水化物 : 227.5 g 塩分 : 8.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1691 kcal 蛋白質 : 63.5 g 脂質 : 49.1 g 炭水化物 : 227.9 g 塩分 : 7.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1621 kcal 蛋白質 : 56.2 g 脂質 : 53.6 g 炭水化物 : 224.2 g 塩分 : 6.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1681 kcal 蛋白質 : 72.7 g 脂質 : 49.3 g 炭水化物 : 205.9 g 塩分 : 4.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1696 kcal 蛋白質 : 62.2 g 脂質 : 61.1 g 炭水化物 : 202.9 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。

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 4月

[モナトリエ]

	6(日)	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 もやしとウインナーソテー 味付けのり 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 チンゲン菜とエノキの煮浸し ししゃも 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 魚のうゆ庵焼き キャベツの和えもの ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 しめじともやしのごま和え 出し巻き卵 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 しらたきのそぼろ炒め 冷奴 佃煮	◎和食 御飯 味噌汁 キャベツのソテー 鯖の塩焼 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 しば漬け和え 茄子とベーコンのソテー 漬けもの
	◎洋食 パン オムレツ もやしとウインナーソテー スープ	◎洋食 パン チンゲン菜とエノキのサラダ ハムソテー スープ	◎洋食 パン ウインナー キャベツの和えもの スープ	◎洋食 パン しめじともやしのサラダ ハム入りスクランブルエッグ スープ	◎洋食 ピザトースト しらたきのサラダ ベービーハム ジュース	◎洋食 パン キャベツのソテー ベーコンスライス スープ	◎洋食 ロールパン 胡瓜のサラダ 茄子とベーコンのソテー 牛乳
昼食	御飯 魚の磯辺揚げ レバー甘辛煮 厚揚げの胡麻和え 味噌汁 漬けもの	御飯 ハンバーグのデミソースかけ そら豆とツナのサラダ ポタージュースープ	おにぎり とんこつラーメン 餃子 フルーツ	御飯 煮魚 鶏肉とホーレン草の胡麻和え のっぺい汁 フルーツヨーグルト	ビーフカレー 温野菜のドレッシング和え 福神漬け フルーツ	御飯 和風ピカタ ひじきのサラダ 大根の信田煮 豆乳入り味噌汁 漬けもの	御飯 ささみカツ マカロニサラダ キャベツのソテー トマトのスープ 漬物
	揚げたこ	今川焼き	ドーナツ	ロールケーキ	クリームコンフェ	ゼリー	蒸しパン
夕食	御飯 鶏肉の照煮 ぜんまいのナムル 大根の煮付 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の香味焼き 切干し大根の煮物 春雨のサラダ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 牛肉の甘辛煮 山クラゲの炒り煮 スパサラ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉のニラ塩炒め モズク酢 南瓜の煮付け 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の磯辺焼き レバーの生姜煮 オクラのおかか和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の照焼 山芋の白煮 揚げだし豆腐 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚のムニエル チンゲン菜のソテー カリフラワーサラダ 味噌汁 飲むヨーグルト
	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1629 kcal 蛋白質 : 68.9g 脂質 : 44.6g 炭水化物 : 220.8g 塩分 : 7.4g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1847 kcal 蛋白質 : 76.3g 脂質 : 43.9g 炭水化物 : 278.7g 塩分 : 6.5g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1806 kcal 蛋白質 : 70.8g 脂質 : 38.1g 炭水化物 : 283.5g 塩分 : 6.6g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1563 kcal 蛋白質 : 62.6g 脂質 : 27.5g 炭水化物 : 255.1g 塩分 : 6.9g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1620 kcal 蛋白質 : 67.7g 脂質 : 28.7g 炭水化物 : 261.6g 塩分 : 5.7g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1728 kcal 蛋白質 : 66.5g 脂質 : 46.1g 炭水化物 : 248.5g 塩分 : 8.0g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1760 kcal 蛋白質 : 69.3g 脂質 : 50.7g 炭水化物 : 250.3g 塩分 : 6.6g
成分値	◎選択メニュー2 エネルギー : 1647 kcal 蛋白質 : 70.6g 脂質 : 51.4g 炭水化物 : 210.0g 塩分 : 7.9g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1771 kcal 蛋白質 : 74.3g 脂質 : 47.6g 炭水化物 : 257.2g 塩分 : 5.9g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1641 kcal 蛋白質 : 61.5g 脂質 : 40.6g 炭水化物 : 249.7g 塩分 : 7.5g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1510 kcal 蛋白質 : 62.3g 脂質 : 30.9g 炭水化物 : 234.7g 塩分 : 5.6g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1635 kcal 蛋白質 : 72.3g 脂質 : 34.7g 炭水化物 : 249.2g 塩分 : 6.4g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1660 kcal 蛋白質 : 62.6g 脂質 : 50.3g 炭水化物 : 227.6g 塩分 : 8.2g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1768 kcal 蛋白質 : 73.1g 脂質 : 60.4g 炭水化物 : 228.1g 塩分 : 6.3g

*都合により献立を変更することがあります。