

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 10月

[モナトリエ]

	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 卵豆腐 豚肉とごぼうの煮付け 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 大根おろし 厚焼き卵 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 冷奴 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 彩り卵焼き きゅうりの酢の物 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 白和え 煮魚 練物
	◎洋食 パン ペビーハム 海藻サラダ スープ	◎洋食 パン 水菜とツナのドレッシング和え 大根ソテー 牛乳	◎洋食 パン 青菜としめじのソテー ウイナー スープ	◎洋食 パン ソーセージ入りスクランブル コールスローサラダ スープ	◎洋食 パン ハムサラダ ゆで卵 スープ	◎洋食 パン ウイナーと野菜の炒め物 わかめサラダ ジュース	◎洋食 ロールパン ブロッコリーサラダ フライドポテト ジュース
昼食	御飯 スタミナ炒め ひじきの味噌マヨ和え なすの含煮 清汁 フルーツヨーグルト	御飯 魚の山椒焼き インゲンの練りごま和え おかか煮(白菜) 西京汁 漬け物	牛すき焼き丼 春菊のお浸し おぼろ汁 フルーツ	おにぎり とんこつラーメン 大根サラダ フルーツ	御飯 イカフライ 豚肉とニラのソテー コーンクリームスープ フルーツ	御飯 豚肉の香草焼き しらたきの煮物 お浸し(小松菜) 清汁 漬け物	御飯 魚の磯辺焼き 南瓜の含め煮 ホーレン草お浸し 清汁 漬け物
昼間食		ミルクくずもち	ゼリー	もみじ饅頭	豆パン	ドーナツ	今川焼き
夕食	御飯 ムニエル 青菜の含煮 もずく酢 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉のもろみ焼 厚揚げの含め煮 青菜としらすの和え物 中華スープ 飲むヨーグルト	御飯 ゴーヤチャンプルー レバーの甘辛煮 カリフラワーサラダ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 蒸し魚(タルタルソースのせ) 茄子のソテー ブロッコリーのレモン風味和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 竜田焼き 胡瓜のマヨ和え 山海煮 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚のジャポネソース焼き カリフラワーの土佐和え もやしの山椒 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 回鍋肉 大根のきんぴら 厚揚げの酢の物 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 : 1564 kcal 蛋白質 : 64.1 g 脂質 : 26.2 g 炭水化物 : 258.9 g 塩分 : 8.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1553 kcal 蛋白質 : 65.4 g 脂質 : 32.6 g 炭水化物 : 233.6 g 塩分 : 7.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1826 kcal 蛋白質 : 97.0 g 脂質 : 49.2 g 炭水化物 : 237.7 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1410 kcal 蛋白質 : 56.8 g 脂質 : 18.8 g 炭水化物 : 244.5 g 塩分 : 5.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 2005 kcal 蛋白質 : 71.4 g 脂質 : 58.1 g 炭水化物 : 290.5 g 塩分 : 7.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1651 kcal 蛋白質 : 64.2 g 脂質 : 39.5 g 炭水化物 : 247.5 g 塩分 : 8.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1682 kcal 蛋白質 : 71.2 g 脂質 : 34.9 g 炭水化物 : 256.1 g 塩分 : 5.9 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1440 kcal 蛋白質 : 62.6 g 脂質 : 26.2 g 炭水化物 : 232.5 g 塩分 : 8.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1522 kcal 蛋白質 : 64.8 g 脂質 : 38.8 g 炭水化物 : 213.2 g 塩分 : 7.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1798 kcal 蛋白質 : 93.9 g 脂質 : 56.1 g 炭水化物 : 223.2 g 塩分 : 9.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1373 kcal 蛋白質 : 58.3 g 脂質 : 23.8 g 炭水化物 : 221.4 g 塩分 : 5.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1931 kcal 蛋白質 : 69.4 g 脂質 : 60.1 g 炭水化物 : 269.7 g 塩分 : 6.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1586 kcal 蛋白質 : 61.0 g 脂質 : 41.1 g 炭水化物 : 233.8 g 塩分 : 7.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1605 kcal 蛋白質 : 63.0 g 脂質 : 35.8 g 炭水化物 : 247.4 g 塩分 : 5.3 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 10月

[モナトリエ]

	12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 ベーコンソテー ごま豆腐 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 野菜と鶏肉の甘酢あえ 南瓜とハムソテー 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 焼き鮭 しそ昆布和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 鯖の煮付け 冷奴 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 ミートボールの煮付け オクラのオカホソ酢 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ホウレン草と竹輪の和え物 大根の金平 煮豆	◎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 ベーコンソテー スパサラダ スープ	◎洋食 パン 南瓜とハムソテー 胡瓜と鶏肉のサラダ スープ	◎洋食 パン ふだんそうのソテー ベビーハム スープ	◎洋食 パン フライドポテト ロースハム スープ	◎洋食 パン ミートボール オクラのサラダ 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 ヤクルト
昼食	ビーフカレー 水菜のサラダ コンソメスープ 漬け物	御飯 魚のマヨネーズ焼き ブロッコリーのゆず味噌和え ひじきの煮付け コーンクリームスープ フルーツ	おにぎり 山かけうどん 焼きなす フルーツ	御飯 回鍋肉 焼きビーフン ザーサイと胡瓜の和えもの ワンダンスープ フルーツ	秋の行楽丼 生酢 清汁 フルーツ	御飯 焼き肉風 山芋の海苔和え 油揚げの甘辛煮 中華スープ 漬け物	御飯 魚の柚庵煮 生酢 ごぼうと牛肉の煮付け 西京汁 コンポート
昼間食	コーヒーゼリー	ミニたい焼き	パウンドケーキ	ぜんざい	ゼリー	あんこ蒸しパン	ドーナツ
夕食	御飯 赤魚の揚げ煮 豆と豆乳のサラダ 茄子の葱和え おぼろ汁 飲むヨーグルト	御飯 揚げだし豆腐 生姜酢味噌和え がめ煮 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 おでん 切干し大根の煮付け 春雨サラダ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の磯辺焼き お浸し(チンゲン菜) ポテトとコーンの明太子ドレ和 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 棒々鳥 海老玉風 いんげんとベーコンのソテー 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の照煮 炊き合わせ もずく酢 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の葱塩焼き 厚揚げのソテー 里芋サラダ 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: 1599 kcal 蛋白質: 55.5 g 脂質: 34.3 g 炭水化物: 259.9 g 塩分: 6.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1752 kcal 蛋白質: 63.4 g 脂質: 41.6 g 炭水化物: 271.8 g 塩分: 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1692 kcal 蛋白質: 66.2 g 脂質: 28.9 g 炭水化物: 284.3 g 塩分: 9.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1638 kcal 蛋白質: 64.9 g 脂質: 28.9 g 炭水化物: 264.2 g 塩分: 8.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1609 kcal 蛋白質: 72.2 g 脂質: 37.8 g 炭水化物: 237.6 g 塩分: 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1638 kcal 蛋白質: 65.8 g 脂質: 29.0 g 炭水化物: 268.8 g 塩分: 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1798 kcal 蛋白質: 69.2 g 脂質: 42.4 g 炭水化物: 272.2 g 塩分: 5.7 g
	◎選択メニュー2 エネルギー: 1600 kcal 蛋白質: 57.1 g 脂質: 38.6 g 炭水化物: 253.0 g 塩分: 8.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1668 kcal 蛋白質: 64.2 g 脂質: 43.6 g 炭水化物: 248.5 g 塩分: 6.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1607 kcal 蛋白質: 64.8 g 脂質: 30.7 g 炭水化物: 263.2 g 塩分: 10.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1511 kcal 蛋白質: 59.6 g 脂質: 27.2 g 炭水化物: 243.6 g 塩分: 9.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1608 kcal 蛋白質: 72.7 g 脂質: 42.4 g 炭水化物: 229.6 g 塩分: 7.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1484 kcal 蛋白質: 61.9 g 脂質: 31.4 g 炭水化物: 230.6 g 塩分: 7.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1766 kcal 蛋白質: 65.3 g 脂質: 47.3 g 炭水化物: 259.9 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。