

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 11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 白和え 魚のピーナツ焼き 練物	◎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 ホーレン草お浸し 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
	◎洋食 エッグパン カリフラワーサラダ マカロニサラダ ヤクルト	◎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 ロースハム 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
昼食	御飯 牛肉の葱塩オイルソテー ひじきの煮付け ごま酢和え 味噌汁 りんごヨーグルト	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 鶏肉と彩野菜のせ 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	御飯 アクアパッツァ風 エッグサラダ ポタージュスープ フルーツ	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
	和のパンケーキ	水ようかん	今川焼き	ロールケーキ	和のパンケーキ	たい焼き	クリームコンフェ
夕食	御飯 魚の磯辺焼き 五目煮 かニ風味和え 味噌汁 飲むヨーグルト	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 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 カニクリームコロッケ 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 揚げシューマのチリソースかけ 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
	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1666 kcal 蛋白質 : 77.3 g 脂質 : 31.0 g 炭水化物 : 257.5 g 塩分 : 5.7 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1613 kcal 蛋白質 : 71.0 g 脂質 : 35.8 g 炭水化物 : 243.5 g 塩分 : 6.1 g	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1645 kcal 蛋白質 : 60.6 g 脂質 : 36.4 g 炭水化物 : 254.4 g 塩分 : 6.1 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1698 kcal 蛋白質 : 62.0 g 脂質 : 43.2 g 炭水化物 : 251.4 g 塩分 : 7.3 g	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1516 kcal 蛋白質 : 62.2 g 脂質 : 27.2 g 炭水化物 : 242.5 g 塩分 : 6.3 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1438 kcal 蛋白質 : 61.7 g 脂質 : 29.6 g 炭水化物 : 221.1 g 塩分 : 6.1 g	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1698 kcal 蛋白質 : 73.8 g 脂質 : 38.8 g 炭水化物 : 253.5 g 塩分 : 7.4 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1631 kcal 蛋白質 : 73.7 g 脂質 : 41.6 g 炭水化物 : 233.0 g 塩分 : 8.3 g	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1719 kcal 蛋白質 : 60.4 g 脂質 : 43.2 g 炭水化物 : 265.0 g 塩分 : 8.2 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1590 kcal 蛋白質 : 54.6 g 脂質 : 42.5 g 炭水化物 : 241.9 g 塩分 : 9.2 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 ◎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	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1848 kcal 蛋白質 : 63.2 g 脂質 : 55.3 g 炭水化物 : 266.4 g 塩分 : 7.8 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1712 kcal 蛋白質 : 59.5 g 脂質 : 53.8 g 炭水化物 : 241.0 g 塩分 : 6.9 g
成分値							

*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 11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 ホッケの塩焼き 白菜レモン風味和え ふりかけ ◎洋食 パン 白菜レモン風味和え ウインナー ジュース	◎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 ◎洋食 食パン スパサラダ 目玉焼き スープ	◎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 ◎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	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 山芋のポン酢和え 漬けもの ◎洋食 パン ベーコン 南瓜サラダ コンク	◎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 ◎洋食 パン スクラブルエッグ もやしサラダ スープ	◎和食 御飯 味噌汁 角天と豚肉の煮物 白菜のお浸し 漬けもの ◎洋食 パン ロースハム 白菜のサラダ スープ	◎和食 御飯 味噌汁 キャベツのお浸し 魚の塩焼き 漬けもの ◎洋食 パン キャベツのソテー チキンサラダ スープ
昼食	御飯 豚肉のカレー風味ソテー ミモザサラダ 煮物(カンムキ) 中華スープ 漬け物	御飯 白身魚の紫蘇オイル焼き キャベツのマリネ和え じゃが芋のカレーソテー 清汁 漬け物	おにぎり みそラーメン 餃子 フルーツ	御飯 魚の味噌煮 胡瓜まさご和え 蓮根の金平 清汁 フルーツ	御飯 クリームシチュー 水菜のサラダ 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 豚肉の中華炒め 厚揚げの柚子和え ごぼうの煮付け ワカメスープ 漬け物
昼間食	プリン	プチパンケーキ	ドーナツ	和のパンケーキ	どら焼き	丸ボーロ	カステラ
夕食	御飯 味噌煮 南瓜含煮 卵の花 清汁 飲むヨーグルト	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 鶏肉あつさり煮 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
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1602 kcal 蛋白質 : 70.1 g 脂質 : 26.8 g 炭水化物 : 257.1 g 塩分 : 6.6 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1590 kcal 蛋白質 : 65.9 g 脂質 : 31.8 g 炭水化物 : 249.6 g 塩分 : 6.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1577 kcal 蛋白質 : 64.1 g 脂質 : 33.6 g 炭水化物 : 250.1 g 塩分 : 7.5 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1522 kcal 蛋白質 : 66.4 g 脂質 : 40.9 g 炭水化物 : 219.5 g 塩分 : 8.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1642 kcal 蛋白質 : 56.6 g 脂質 : 26.2 g 炭水化物 : 279.8 g 塩分 : 5.0 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1623 kcal 蛋白質 : 56.9 g 脂質 : 30.8 g 炭水化物 : 267.1 g 塩分 : 5.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1730 kcal 蛋白質 : 65.1 g 脂質 : 38.3 g 炭水化物 : 270.8 g 塩分 : 6.1 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1773 kcal 蛋白質 : 64.9 g 脂質 : 50.9 g 炭水化物 : 246.6 g 塩分 : 6.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1908 kcal 蛋白質 : 68.0 g 脂質 : 49.5 g 炭水化物 : 279.4 g 塩分 : 6.1 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1899 kcal 蛋白質 : 67.5 g 脂質 : 54.0 g 炭水化物 : 269.7 g 塩分 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1612 kcal 蛋白質 : 66.5 g 脂質 : 32.7 g 炭水化物 : 253.5 g 塩分 : 8.1 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1570 kcal 蛋白質 : 64.1 g 脂質 : 37.5 g 炭水化物 : 238.0 g 塩分 : 8.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1648 kcal 蛋白質 : 73.3 g 脂質 : 32.4 g 炭水化物 : 258.1 g 塩分 : 9.5 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1587 kcal 蛋白質 : 71.3 g 脂質 : 35.7 g 炭水化物 : 238.9 g 塩分 : 8.6 g

*都合により献立を変更することがあります。