

施設長	施設栄養士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和8年 3月

[モナトリエ]

	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 ソーセージソテー 落とし焼き 漬物	◎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 鯖の塩焼 白菜浅漬の和え物 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
	◎洋食 パン ソーセージソテー 落とし焼き 牛乳	◎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
昼食	海鮮中華丼 シューマイ ワカメスープ フルーツ	御飯 魚の味噌煮 春菊の胡麻和え もやし炒め 清汁 漬けもの	御飯 ハンバーグ マリネサラダ イタリアンスープ 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 香味焼き 蓮根の金平 もずく酢 赤だし フルーツ	御飯 厚揚げと豚肉の四川炒め 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 マカロニサラダ 味噌汁 漬けもの
昼間食	今川焼き	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
夕食	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	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 オクラのおかか和え 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 赤魚の煮付 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
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1817 kcal 蛋白質 : 71.2 g 脂質 : 51.2 g 炭水化物 : 251.8 g 塩分 : 5.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1723 kcal 蛋白質 : 74.3 g 脂質 : 38.7 g 炭水化物 : 256.3 g 塩分 : 9.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1590 kcal 蛋白質 : 60.6 g 脂質 : 40.0 g 炭水化物 : 236.8 g 塩分 : 5.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1569 kcal 蛋白質 : 66.2 g 脂質 : 29.5 g 炭水化物 : 235.2 g 塩分 : 7.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1590 kcal 蛋白質 : 65.5 g 脂質 : 20.1 g 炭水化物 : 272.0 g 塩分 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1514 kcal 蛋白質 : 71.5 g 脂質 : 36.7 g 炭水化物 : 217.7 g 塩分 : 7.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1607 kcal 蛋白質 : 68.5 g 脂質 : 40.0 g 炭水化物 : 236.0 g 塩分 : 7.4 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1779 kcal 蛋白質 : 74.9 g 脂質 : 58.8 g 炭水化物 : 230.7 g 塩分 : 5.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1687 kcal 蛋白質 : 69.0 g 脂質 : 47.9 g 炭水化物 : 238.4 g 塩分 : 9.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1530 kcal 蛋白質 : 59.1 g 脂質 : 43.8 g 炭水化物 : 216.7 g 塩分 : 6.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1494 kcal 蛋白質 : 65.0 g 脂質 : 31.0 g 炭水化物 : 223.2 g 塩分 : 7.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1454 kcal 蛋白質 : 62.6 g 脂質 : 25.7 g 炭水化物 : 237.3 g 塩分 : 7.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1440 kcal 蛋白質 : 65.5 g 脂質 : 35.9 g 炭水化物 : 212.8 g 塩分 : 7.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1529 kcal 蛋白質 : 66.4 g 脂質 : 42.4 g 炭水化物 : 215.4 g 塩分 : 7.7 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 8年 3月29日(日)～4月4日(土)

[モナトリエ]

	3/29(日)	30(月)	31(火)	4/1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
朝食	◎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	◎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 鯖の塩焼き 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 煮魚 キャベツとワカメの土佐酢和え 練物
	◎洋食 パン ポテトサラダ ベーコン スープ	◎洋食 パン スクランブルエッグ 里芋サラダ スープ	◎洋食 パン 玉葱とツナのソテー 大根の和風サラダ スープ	◎洋食 パン コールドローサラダ 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
昼食	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	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 棒々烏風 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 魚の生姜煮 白菜と彩野菜の甘酢炒め 木の芽和え 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 コンソメスープ
昼間食	ホットケーキ	バウムクーヘン	豆パン	今川焼き	ドーナツ	クリームコンフェ	ゼリー
夕食	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	御飯 牛肉と牛蒡の中華炒め ワカメのサラダ 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 鶏肉のケチャップ煮 ブロック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 ピーナツ焼き 玉葱とハムのソテー 小松菜の梅和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豚キムチチゲ風春雨炒め キュウリとワカメの酢物 ふるふき大根 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
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1601 kcal 蛋白質 : 58.3 g 脂質 : 46.4 g 炭水化物 : 229.6 g 塩分 : 8.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1401 kcal 蛋白質 : 69.4 g 脂質 : 27.0 g 炭水化物 : 201.9 g 塩分 : 5.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1603 kcal 蛋白質 : 62.7 g 脂質 : 22.6 g 炭水化物 : 275.4 g 塩分 : 10.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1530 kcal 蛋白質 : 68.5 g 脂質 : 23.5 g 炭水化物 : 247.3 g 塩分 : 7.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1732 kcal 蛋白質 : 65.3 g 脂質 : 41.1 g 炭水化物 : 257.9 g 塩分 : 8.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1511 kcal 蛋白質 : 69.1 g 脂質 : 25.6 g 炭水化物 : 242.8 g 塩分 : 7.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1646 kcal 蛋白質 : 66.5 g 脂質 : 35.9 g 炭水化物 : 230.6 g 塩分 : 5.7 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1591 kcal 蛋白質 : 58.5 g 脂質 : 53.2 g 炭水化物 : 213.6 g 塩分 : 8.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1412 kcal 蛋白質 : 68.3 g 脂質 : 36.4 g 炭水化物 : 188.4 g 塩分 : 8.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1580 kcal 蛋白質 : 60.4 g 脂質 : 26.2 g 炭水化物 : 264.7 g 塩分 : 10.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1492 kcal 蛋白質 : 67.3 g 脂質 : 26.4 g 炭水化物 : 233.6 g 塩分 : 8.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1641 kcal 蛋白質 : 60.2 g 脂質 : 44.8 g 炭水化物 : 228.5 g 塩分 : 7.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1432 kcal 蛋白質 : 67.9 g 脂質 : 27.4 g 炭水化物 : 223.5 g 塩分 : 7.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1653 kcal 蛋白質 : 69.9 g 脂質 : 47.8 g 炭水化物 : 206.3 g 塩分 : 4.8 g

*都合により献立を変更することがあります。