

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 9月

[モナトリエ]

	20(日)	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 魚のゆかり焼き キャベツのお浸し 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 魚の梅肉焼き ふだん草のお浸し 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 厚焼き卵 ホーレン草お浸し 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 大根と大根葉のソテー ごま豆腐 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 チンゲン菜の胡麻和え 煮魚 味付けのり	◎和食 御飯 味噌汁 山芋とろろ 鯖の塩焼 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ポテトとウインナーの洋風煮 キャベツのごま和え ふりかけ
	◎洋食 パン ベーコンのサラダ オムレツ スープ	◎洋食 パン ふだん草のソテー ベーコン 牛乳	◎洋食 パン オムレツ スパサラダ スープ	◎洋食 パン 大根と大根葉のソテー ウインナー スープ	◎洋食 パン チンゲン菜のサラダ ベビーハム スープ	◎洋食 パン トマトサラダ ハムソテー ジュース	◎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
昼食	御飯 豆腐の吹き寄せ風蒸し ポテトサラダ 豚ニラ玉 中華スープ 漬け物	【敬老の日】 潮彩ちらし寿司 季節の天ぷら(5種) 清 汁 茶碗蒸し フルーツ	御飯 ハンバーグ さつま芋サラダ トマトスープ フルーツ	御飯 カレームニエル 冬瓜のあんかけ ひじきのサラダ 清汁 漬け物	御飯 豚肉の南蛮漬け 焼きビーフン 青菜のお浸し 味噌汁 フルーツ	ハヤシライス ごぼうサラダ コンソメスープ フルーツ	ロールパン 魚介入りスパゲッティ ツナサラダ コンソメスープ フルーツ
昼間食	コーヒーゼリー	おはぎ	ドーナツ	バームクーヘン	ゼリー	パウンドケーキ	プチケーキ
夕食	御飯 魚の煮つけ 春雨の炒め物 ピーナッツ和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の煮物 大根のサラダ なすの含煮 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の柚子香煮 茄子の華風炒め 春菊の白和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 クリームシチュー キャベツの海老塩炒め 和風スパサラダ スープ 飲むヨーグルト	御飯 魚とキノコの味噌マヨ焼き 大根の葛煮 レバー甘辛煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の照焼 炒り豆腐 キャベツのサラダ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 茄子の四川風 ホウレン草の卵ソテー おきゅうとサラダ 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 : 1646 kcal 蛋白質 : 65.6 g 脂 質 : 33.7 g 炭水化物 : 256.0 g 塩 分 : 7.1 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1714 kcal 蛋白質 : 66.1 g 脂 質 : 45.0 g 炭水化物 : 248.3 g 塩 分 : 8.1 g	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1618 kcal 蛋白質 : 77.0 g 脂 質 : 32.0 g 炭水化物 : 247.0 g 塩 分 : 8.7 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1582 kcal 蛋白質 : 76.1 g 脂 質 : 38.7 g 炭水化物 : 224.6 g 塩 分 : 7.4 g	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1924 kcal 蛋白質 : 74.8 g 脂 質 : 56.5 g 炭水化物 : 268.5 g 塩 分 : 6.7 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1859 kcal 蛋白質 : 71.7 g 脂 質 : 59.0 g 炭水化物 : 250.1 g 塩 分 : 6.4 g	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1426 kcal 蛋白質 : 58.4 g 脂 質 : 19.2 g 炭水化物 : 245.7 g 塩 分 : 7.2 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1463 kcal 蛋白質 : 60.4 g 脂 質 : 28.0 g 炭水化物 : 234.6 g 塩 分 : 8.5 g	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1713 kcal 蛋白質 : 74.8 g 脂 質 : 37.9 g 炭水化物 : 254.3 g 塩 分 : 5.9 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1666 kcal 蛋白質 : 74.9 g 脂 質 : 41.3 g 炭水化物 : 238.0 g 塩 分 : 7.7 g	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1847 kcal 蛋白質 : 73.4 g 脂 質 : 50.8 g 炭水化物 : 265.9 g 塩 分 : 8.5 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1735 kcal 蛋白質 : 70.0 g 脂 質 : 50.7 g 炭水化物 : 244.1 g 塩 分 : 8.3 g	＜一日合計＞ ◎選択メニュー1 エネルギー : 1559 kcal 蛋白質 : 65.9 g 脂 質 : 33.6 g 炭水化物 : 235.9 g 塩 分 : 8.2 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1530 kcal 蛋白質 : 64.8 g 脂 質 : 36.6 g 炭水化物 : 223.9 g 塩 分 : 8.7 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 9月27日(日)～10月3日(土)

[モナトリエ]

	9/27(日)	28(月)	29(火)	30(水)	10/1(木)	2(金)	3(土)
朝食	◎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 なすとウィンナーソーテー 青菜のお浸し 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 鯖の塩焼 キャベツとワカメの土佐酢和え 練物	◎和食 御飯 味噌汁 ホウレン草の卵とじ えのきおろし 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 魚の塩焼き 大根のおかか和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ソーセージの野菜炒め 春雨の和えもの 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 青菜の和えもの 煮魚 漬けもの
	◎洋食 パン もやしサラダ ロースハム スープ	◎洋食 パン なすとウィンナーソーテー 和風サラダ スープ	◎洋食 パン ベーコン キャベツとワカメの土佐サラダ 牛乳	◎洋食 パン ホウレン草と卵ソーテー 胡瓜のサラダ スープ	◎洋食 パン 大根のおかかサラダ アスパラと豚肉のソー スープ	◎洋食 パン ソーセージの野菜炒め 春雨のサラダ スープ	◎洋食 パン レタスと卵のサラダ ウィンナー ヤクルト
昼食	御飯 豚肉のレモン風味焼き 含煮(高野豆腐) あさりと白菜の和え物 味噌汁 漬け物	御飯 八宝菜風 伴三絲 シューマイ 中華スープ 漬け物	御飯 鶏肉の香味バジル焼き グリーンサラダ ポタージュスープ フルーツ	御飯 煮魚 いかの梅和え きのこのバター炒め 味噌汁 漬け物	赤飯 ささみカツ お浸し(小松菜) 味噌汁 漬け物	御飯 魚の味噌煮 カニほぐしのごまマヨ和え 含煮(高野豆腐) 清汁 漬け物	御飯 ピーナツ焼き マカロニサラダ さつま揚げの金平 味噌汁 フルーツ
昼間食	水ようかん	ホットケーキ	どら焼き	ミニ肉まん	杏仁フルーツ	カステラ	カスタードケーキ
夕食	御飯 魚の磯辺焼き風ムニエル 五目豆煮 オクラのおかか和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 がめ煮 ぜんまいのナムル 揚げだし豆腐 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の香り焼き アスパラの中華和え 南瓜の含め煮 おぼろ汁 飲むヨーグルト	御飯 厚揚げと茄子の炒め煮 生酢 山クラゲ炒め 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 海鮮葱塩炭火風 冷奴(野菜のせ) もやしの山椒 ワカメスープ 飲むヨーグルト	御飯 干草焼き キャベツの中華風和え しらたきの金平 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 和風ハンバーグ 中華イモ ソーメンサラダ 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 : 1460 kcal 蛋白質 : 68.3 g 脂質 : 18.2 g 炭水化物 : 243.6 g 塩分 : 7.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1704 kcal 蛋白質 : 60.9 g 脂質 : 36.5 g 炭水化物 : 265.7 g 塩分 : 9.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1578 kcal 蛋白質 : 62.3 g 脂質 : 31.3 g 炭水化物 : 256.1 g 塩分 : 6.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1520 kcal 蛋白質 : 60.7 g 脂質 : 36.6 g 炭水化物 : 228.9 g 塩分 : 7.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1478 kcal 蛋白質 : 70.8 g 脂質 : 29.9 g 炭水化物 : 222.9 g 塩分 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1698 kcal 蛋白質 : 65.1 g 脂質 : 38.1 g 炭水化物 : 263.1 g 塩分 : 7.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1747 kcal 蛋白質 : 72.7 g 脂質 : 36.7 g 炭水化物 : 267.9 g 塩分 : 7.7 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1360 kcal 蛋白質 : 66.7 g 脂質 : 21.8 g 炭水化物 : 214.2 g 塩分 : 7.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1655 kcal 蛋白質 : 63.3 g 脂質 : 40.5 g 炭水化物 : 243.8 g 塩分 : 9.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1565 kcal 蛋白質 : 61.2 g 脂質 : 38.8 g 炭水化物 : 238.9 g 塩分 : 6.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1451 kcal 蛋白質 : 59.8 g 脂質 : 40.6 g 炭水化物 : 204.6 g 塩分 : 8.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1392 kcal 蛋白質 : 67.3 g 脂質 : 32.0 g 炭水化物 : 202.5 g 塩分 : 6.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1640 kcal 蛋白質 : 64.8 g 脂質 : 42.1 g 炭水化物 : 241.6 g 塩分 : 6.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1756 kcal 蛋白質 : 72.2 g 脂質 : 48.3 g 炭水化物 : 248.2 g 塩分 : 6.9 g

*都合により献立を変更することがあります。