

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 10月

[モナトリエ]

	4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(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 魚の醤油焼き 練物
	◎洋食 パン ベビーハム 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 ロースハム 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 オムレツ スープ	◎洋食 パン ウィンナーと野菜の炒め物 胡瓜のサラダ ジュース	◎洋食 パン ブロッコリーサラダ フライドポテト スープ
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	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) 味噌汁 漬け物	焼き鳥丼 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 鶏肉の照焼マヨネーズ ニラのソテー コーンクリームスープ フルーツ	御飯 豚肉のゆず香味焼き しらたきの煮物 青菜のお浸し 清汁 漬け物	回転ずし 茶碗蒸し 清汁
昼間食		バームクーヘン	ゼリー	もみじ饅頭	黒棒	ドーナツ	
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) 里芋と昆布の煮物 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 和風ピカタ 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風焼き カリフラワーの明太子ソース和 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 : 1495 kcal 蛋白質 : 61.6 g 脂質 : 25.9 g 炭水化物 : 245.3 g 塩分 : 8.6 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1371 kcal 蛋白質 : 60.1 g 脂質 : 25.9 g 炭水化物 : 218.9 g 塩分 : 7.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1495 kcal 蛋白質 : 62.0 g 脂質 : 30.6 g 炭水化物 : 227.2 g 塩分 : 6.8 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1464 kcal 蛋白質 : 61.4 g 脂質 : 36.8 g 炭水化物 : 206.8 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1774 kcal 蛋白質 : 96.5 g 脂質 : 47.4 g 炭水化物 : 228.4 g 塩分 : 7.3 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1724 kcal 蛋白質 : 94.8 g 脂質 : 51.1 g 炭水化物 : 213.6 g 塩分 : 9.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1473 kcal 蛋白質 : 61.7 g 脂質 : 21.9 g 炭水化物 : 248.1 g 塩分 : 6.4 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1428 kcal 蛋白質 : 62.8 g 脂質 : 26.2 g 炭水化物 : 225.1 g 塩分 : 5.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1758 kcal 蛋白質 : 69.8 g 脂質 : 55.5 g 炭水化物 : 236.5 g 塩分 : 6.7 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1721 kcal 蛋白質 : 70.9 g 脂質 : 59.9 g 炭水化物 : 216.2 g 塩分 : 6.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1554 kcal 蛋白質 : 64.5 g 脂質 : 32.6 g 炭水化物 : 238.3 g 塩分 : 7.5 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1491 kcal 蛋白質 : 61.4 g 脂質 : 34.2 g 炭水化物 : 224.8 g 塩分 : 6.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1133 kcal 蛋白質 : 54.8 g 脂質 : 22.7 g 炭水化物 : 164.1 g 塩分 : 5.0 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1001 kcal 蛋白質 : 46.4 g 脂質 : 20.7 g 炭水化物 : 147.8 g 塩分 : 5.2 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 10月

[モナトリエ]

	11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(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 焼き魚 ふだん草の和え物 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 ミートボールの煮付け オクラのオカホン酢 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 青菜と竹輪の和え物 大根の金平 煮豆	◎和食 御飯 味噌汁 魚のピーナツ焼き 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 ポテトサラダ ウインナー 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 キャベツとツナのソテー 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 ワンタンスープ フルーツ	御飯 焼き肉風 油揚げの甘辛煮 中華スープ 漬け物	秋の行楽丼 生酢 清 汁 フルーツ	御飯 魚の柚庵煮 きゅうりの酢の物 ごぼうと豚肉の煮付け 味噌汁 フルーツ
昼間食	コーヒーゼリー	ミニたい焼き	パウンドケーキ	ホットケーキ	ゼリー	ロールケーキ	ドーナツ
夕食	御飯 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 竹輪の柳川風 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の煮物 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) 大根煮物 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 五目巾着の煮物 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 : 1574 kcal 蛋白質 : 56.1 g 脂 質 : 31.9 g 炭水化物 : 258.2 g 塩 分 : 6.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1776 kcal 蛋白質 : 64.5 g 脂 質 : 43.4 g 炭水化物 : 272.0 g 塩 分 : 8.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1603 kcal 蛋白質 : 56.0 g 脂 質 : 24.5 g 炭水化物 : 279.1 g 塩 分 : 7.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1686 kcal 蛋白質 : 67.7 g 脂 質 : 29.6 g 炭水化物 : 272.2 g 塩 分 : 8.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1638 kcal 蛋白質 : 67.5 g 脂 質 : 44.6 g 炭水化物 : 231.7 g 塩 分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1401 kcal 蛋白質 : 57.4 g 脂 質 : 19.5 g 炭水化物 : 241.9 g 塩 分 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1787 kcal 蛋白質 : 70.5 g 脂 質 : 45.3 g 炭水化物 : 261.8 g 塩 分 : 6.2 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1575 kcal 蛋白質 : 57.7 g 脂 質 : 36.2 g 炭水化物 : 251.3 g 塩 分 : 8.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1692 kcal 蛋白質 : 65.3 g 脂 質 : 45.4 g 炭水化物 : 248.7 g 塩 分 : 7.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1532 kcal 蛋白質 : 56.2 g 脂 質 : 27.4 g 炭水化物 : 259.0 g 塩 分 : 8.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1601 kcal 蛋白質 : 61.1 g 脂 質 : 32.3 g 炭水化物 : 253.3 g 塩 分 : 9.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1637 kcal 蛋白質 : 68.0 g 脂 質 : 49.2 g 炭水化物 : 223.7 g 塩 分 : 7.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1253 kcal 蛋白質 : 54.3 g 脂 質 : 22.0 g 炭水化物 : 204.5 g 塩 分 : 6.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1704 kcal 蛋白質 : 66.3 g 脂 質 : 44.6 g 炭水化物 : 248.9 g 塩 分 : 6.6 g

*都合により献立を変更することがあります。