

経理長	施設係長	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和5年 6月

[モナトリエ]

	18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 インゲンと赤パプリカのソテー 大根和えもの 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 高菜の油炒め 魚の香味焼き 佃煮	◎和食 御飯 味噌汁 煮物(兼六) 白菜の梅風味あえ 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 たけのこの金平 魚のピーナツ風味焼き ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 青菜のごま和え 南瓜含煮 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 白和え 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
	◎洋食 パン インゲンと赤パプリカのソテー 大根とベビーリーフのサラダ スープ	◎洋食 パン スクランブルエッグ マカロニサラダ スープ	◎洋食 パン 落とし焼き 白菜の梅風味サラダ ジュース	◎洋食 パン ベーコン グリーンサラダ スープ	◎洋食 ロールパン スパゲティーサラダ ウインナー炒め スープ	◎洋食 パン 魚肉ソーセージとブロッコリーのソテー 落とし焼き ジュース	◎洋食 パン モロヘイヤサラダ ベーコンとえのきのソテー 牛乳
昼食	御飯 鰯の南部焼き 切干し大根の煮付 お浸し 味噌汁 漬けもの	おにぎり 皿うどん風(やわらか) レタスのサラダ ワカメスープ フルーツ	そら豆御飯 鯖の塩焼 冷奴 西京汁 茶碗蒸し 漬けもの	ハヤシライス コロコロポテトサラダ フルーツ	御飯 牛肉の中華焼き肉 グリーンサラダ ひじきの煮付け 中華スープ 漬けもの	御飯 白身魚の紫蘇オイル焼き かまぼことツナの和えもの ごぼうの煮付け 味噌汁 ヨーグルト	御飯 メンチカツ 花野菜の香り和え 蓮根の金平 コーンクリームスープ フルーツ
昼間食	プリン	どら焼き	バウムクーヘン	お楽しみおやつ (お茶屋さんのワトクリーム)	ゼリー	水ようかん	ミルクくずもち
夕食	御飯 豚肉の生姜焼き しめじの酢の物 高野豆腐の卵とじ 粕汁 飲むヨーグルト	御飯 カレイの煮付 肉豆腐 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 しらたきのそぼろ煮 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 海老団子のチリソース和え ゴーヤの中華炒め 華風和え(キャベツ) 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の煮付 鶏肉の酢の物 ニラ玉 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の塩ダレかけ ホーレン草煮浸し もやしのごま和え 中華スープ 飲むヨーグルト	御飯 煮魚 白菜のしそ昆布和え 五目豆煮 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 : 1505 kcal 蛋白質 : 60.2 g 脂質 : 35.1 g 炭水化物 : 231.6 g 塩分 : 7.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1760 kcal 蛋白質 : 71.9 g 脂質 : 30.8 g 炭水化物 : 284.6 g 塩分 : 7.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1625 kcal 蛋白質 : 72.2 g 脂質 : 41.4 g 炭水化物 : 225.5 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1632 kcal 蛋白質 : 51.0 g 脂質 : 40.1 g 炭水化物 : 253.7 g 塩分 : 5.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1579 kcal 蛋白質 : 63.8 g 脂質 : 33.1 g 炭水化物 : 241.1 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1673 kcal 蛋白質 : 72.9 g 脂質 : 41.8 g 炭水化物 : 240.0 g 塩分 : 5.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1737 kcal 蛋白質 : 61.0 g 脂質 : 43.9 g 炭水化物 : 273.9 g 塩分 : 7.8 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1432 kcal 蛋白質 : 59.8 g 脂質 : 37.4 g 炭水化物 : 212.1 g 塩分 : 7.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1839 kcal 蛋白質 : 72.9 g 脂質 : 41.9 g 炭水化物 : 280.7 g 塩分 : 8.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1652 kcal 蛋白質 : 75.9 g 脂質 : 47.1 g 炭水化物 : 219.4 g 塩分 : 7.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1564 kcal 蛋白質 : 47.3 g 脂質 : 45.5 g 炭水化物 : 230.1 g 塩分 : 5.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1532 kcal 蛋白質 : 65.1 g 脂質 : 44.8 g 炭水化物 : 205.7 g 塩分 : 8.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1598 kcal 蛋白質 : 68.1 g 脂質 : 40.4 g 炭水化物 : 234.9 g 塩分 : 5.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1772 kcal 蛋白質 : 60.8 g 脂質 : 57.4 g 炭水化物 : 256.8 g 塩分 : 7.2 g

\*都合により献立を変更することがあります。

施設長	施設課長	委託責任者

# 〇〇 献立 一覧表 〇〇

令和 5年 6月25日(日)~7月1日(土)

[モナトリエ]

	6/25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	7/1(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 小松菜の炒め物 生酢 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 えび団子の煮物 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ししゃも ホーレン草お浸し 煮豆	◎和食 御飯 味噌汁 角天の金平 人参とツナの和えもの 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 練物	◎和食 御飯 味噌汁 白菜のごま和え 魚のパン粉焼き 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
	◎洋食 パン 小松菜の炒め物 ブロッコリーとハムサラダ コンソメスープ	◎洋食 パン ベビーハムソテー カリフラワーソテー 牛乳	◎洋食 パン ウインナー スクランブルエッグ スープ	◎洋食 ロールパンとぶどうパン フライドポテト 人参とツナの和えもの スープ	◎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	◎洋食 パン 南瓜サラダ ベーコン スープ	◎洋食 パン 大根のおかかサラダ アスパラと卵のソテー スープ
昼食	御飯 魚の香草焼き 胡瓜明太子和え 厚揚げのそぼろ煮 清汁 フルーツ	麦ご飯 豚肉としめじの炒め物 とろろ もやし和えもの 野菜のスープ 漬けもの	御飯 魚の紅生姜天ぷら ひじきのサラダ 茄子の生姜煮 中華スープ 漬けもの	白おにぎり 肉うどん なすのサラダ フルーツ	御飯 かれいの野菜あん 里芋のみそ煮 もやしのゴママヨ和え けんちん汁 フルーツ	御飯 鶏肉の天ぷら イカのゴマ酢和え 春雨の炒め物 味噌汁 漬けもの	赤飯 魚のおろし煮 ぜんまいの和え物 オクラのドレッシング和え 味噌汁
昼間食	ドーナツ	豆パン	どら焼き	しっとり饅頭	ミルクくずもち	豆蒸しパン	イチゴクレープ
夕食	御飯 ミートローフ じゃが芋の高菜炒め 牛蒡の卵とじ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 和風ピカタ 白滝の炒め煮 春菊の白和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の煮物 アスパラの炒め物 イカの酢味噌和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉と野菜の卵炒め ムキエビの酢の物 竹輪の炒め煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 肉団子の酢豚風 サラダスパ レバーの生姜煮 卵とワカメの中華スープ 飲むヨーグルト	御飯 鯖の煮付 春菊とツナのポン酢和え 炒り豆腐 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 牛肉の炒め物 ひじきの煮付け ポテトと三つ葉のサラダ 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 : 1877 kcal 蛋白質 : 80.4 g 脂質 : 47.7 g 炭水化物 : 273.5 g 塩分 : 5.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1962 kcal 蛋白質 : 68.7 g 脂質 : 55.1 g 炭水化物 : 279.3 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1773 kcal 蛋白質 : 65.5 g 脂質 : 44.2 g 炭水化物 : 267.5 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1699 kcal 蛋白質 : 66.2 g 脂質 : 41.5 g 炭水化物 : 246.3 g 塩分 : 7.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1954 kcal 蛋白質 : 80.8 g 脂質 : 56.8 g 炭水化物 : 268.9 g 塩分 : 6.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1762 kcal 蛋白質 : 76.1 g 脂質 : 53.2 g 炭水化物 : 237.4 g 塩分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1863 kcal 蛋白質 : 62.0 g 脂質 : 60.7 g 炭水化物 : 258.1 g 塩分 : 7.2 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1892 kcal 蛋白質 : 85.1 g 脂質 : 56.9 g 炭水化物 : 255.1 g 塩分 : 7.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1896 kcal 蛋白質 : 74.0 g 脂質 : 57.5 g 炭水化物 : 264.9 g 塩分 : 6.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1677 kcal 蛋白質 : 61.6 g 脂質 : 52.7 g 炭水化物 : 232.4 g 塩分 : 7.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1609 kcal 蛋白質 : 62.3 g 脂質 : 43.2 g 炭水化物 : 227.6 g 塩分 : 7.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1918 kcal 蛋白質 : 83.1 g 脂質 : 62.3 g 炭水化物 : 247.5 g 塩分 : 7.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1755 kcal 蛋白質 : 72.4 g 脂質 : 63.1 g 炭水化物 : 217.7 g 塩分 : 6.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1794 kcal 蛋白質 : 59.3 g 脂質 : 64.6 g 炭水化物 : 237.3 g 塩分 : 6.7 g

\*都合により献立を変更することがあります。