

施設長	施設栄養士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和5年 7月

[モナトリエ]

	2(日)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
朝食	◎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 ◎洋食 パン ソーセージの野菜炒め 春雨のサラダ スープ	◎和食 御飯 味噌汁 青菜と竹輪の和えもの 煮魚 漬けもの ◎洋食 ロールパンとぶどうパン レタスと竹輪のサラダ 赤ウインナー スープ	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 牛肉とごぼうの煮付け 漬けもの ◎洋食 パン ベーコン グリーンサラダ スープ	◎和食 御飯 味噌汁 大根おろし 厚焼き卵 佃煮 ◎洋食 パン 水菜のドレッシング和え 大根ソテー 牛乳	◎和食 御飯 味噌汁 魚の梅肉焼き 卵の花 ふりかけ ◎洋食 パン 青菜としめじのソテー ウインナー スープ	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 高菜とポテト炒め 漬物 ◎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	◎和食 御飯 味噌汁 ごま豆腐 魚の塩焼 漬けもの ◎洋食 パン ベーコンのサラダ ゆで卵 スープ
	昼食	御飯 おろしポン酢ハンバーグ キャベツの山椒和え 切干し大根の煮付 清汁 漬けもの	御飯 鶏肉の塩レモン風味蒸し もやしのナムル 山クラゲの炒り煮 味噌汁 フルーツ	御飯 牛肉とカリフラワーのバジル風 メキシカンサラダ 煮物(カンモトキ) 味噌汁 漬けもの	御飯 魚のピザ風焼き シューマイ もやしのレモン和え 味噌汁 漬けもの	御飯 鶏肉のタルタル焼き カリフラワーのキリッシャ風 ひじきの煮付け 小松菜とムキエビの豆乳スープ 漬けもの	おにぎり 七夕そうめん 冬瓜のかにあんかけ フルーツ
昼間食	コーヒーゼリー	パウンドケーキ	ゼリー	ミルクくずもち	蒸しパン	プチケーキ	ドーナツ
夕食	御飯 ムニエル 中華サラダ レンコンのそぼろ煮 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚のマヨネーズ焼き 厚揚げの煮付け チンゲン菜とハムソテー 清汁 飲むヨーグルト	御飯 タラの香草焼き 大豆の含め煮 キャベツのお浸し 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉となすの炒め物 切干し大根の煮付 胡麻和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 白身魚の空揚げ 白菜の浅漬け風 南瓜含煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 牛肉の柳川風煮 たけのこの中華炒め ゴーヤのおかか和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鯖の甘醤油焼き しらたきのソテー 長芋の三杯酢 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 : 1717 kcal 蛋白質 : 72.3 g 脂質 : 33.7 g 炭水化物 : 273.0 g 塩分 : 7.0 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1659 kcal 蛋白質 : 72.0 g 脂質 : 37.7 g 炭水化物 : 251.6 g 塩分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1701 kcal 蛋白質 : 64.4 g 脂質 : 51.4 g 炭水化物 : 235.3 g 塩分 : 8.7 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1619 kcal 蛋白質 : 61.5 g 脂質 : 57.8 g 炭水化物 : 206.6 g 塩分 : 9.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1515 kcal 蛋白質 : 69.7 g 脂質 : 28.7 g 炭水化物 : 235.8 g 塩分 : 7.0 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1451 kcal 蛋白質 : 66.5 g 脂質 : 36.3 g 炭水化物 : 208.0 g 塩分 : 6.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1495 kcal 蛋白質 : 70.0 g 脂質 : 28.1 g 炭水化物 : 235.7 g 塩分 : 6.4 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1473 kcal 蛋白質 : 69.8 g 脂質 : 34.4 g 炭水化物 : 217.0 g 塩分 : 6.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1910 kcal 蛋白質 : 70.0 g 脂質 : 59.5 g 炭水化物 : 269.0 g 塩分 : 6.4 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1865 kcal 蛋白質 : 65.3 g 脂質 : 65.4 g 炭水化物 : 253.2 g 塩分 : 8.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1643 kcal 蛋白質 : 65.7 g 脂質 : 23.6 g 炭水化物 : 278.7 g 塩分 : 9.6 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1604 kcal 蛋白質 : 66.9 g 脂質 : 28.6 g 炭水化物 : 255.3 g 塩分 : 9.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1686 kcal 蛋白質 : 60.1 g 脂質 : 45.3 g 炭水化物 : 256.3 g 塩分 : 6.3 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1601 kcal 蛋白質 : 58.6 g 脂質 : 49.9 g 炭水化物 : 228.9 g 塩分 : 6.1 g
		*都合により献立を変更することがあります。					

短歌会	施設運営士	委託責任者

# 〇〇 献立一覧表 〇〇

令和5年 7月

[モナトリエ]

	9(日)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 ピーマンとウィンナーの炒物 きゅうりの酢の物 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 白和え ししゃも 練物	◎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 しそ昆布和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 鯖の煮付 冷奴 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 ミートボールの煮付け ホーレン草お浸し 漬けもの
	◎洋食 パン ウィンナー グリーンサラダ スープ	◎洋食 ロールパン ブロッコリーサラダ フライドポテト ジュース	◎洋食 パン ベーコンソテー ポテトサラダ スープ	◎洋食 パン 南瓜とハムソテー キュウリとチーズのサラダ 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 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 ホーレン草お浸し スープ
昼食	御飯 鶏肉の照焼 えび団子の煮物 ピーナッツ和え 清汁 漬けもの	御飯 魚の香草焼き 煮物(カンモトキ) スパゲッティサラダ トマトのスープ 漬けもの	御飯 ムニエル もずく酢 レバーの生姜煮 清汁 漬けもの	御飯 牛肉の卸し煮 五色生酢 もやし炒め 味噌汁 フルーツ	御飯 肉じゃが オクラのおかか和え なすとえのきの炒め物 清汁 漬けもの	御飯 豚肉と板こんにゃくの味噌炒め 山芋のとろろ 焼きなす 清汁 漬けもの	おにぎり チャンポン 餃子 フルーツ
昼間食	パウンドケーキ	フルーツミルクかん	クリームコンフェ	しっとり饅頭	コーヒゼリー	バナナカステラ	ロールケーキ
夕食	御飯 天津風カニ玉 竹輪の煮物 梅肉和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉と塩コンブのソテー 茄子のおかか煮 長芋の磯和え 中華スープ 飲むヨーグルト	御飯 豆腐ハンバーグ 里芋の甘辛煮 モロヘイヤの和えもの 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鯖のおかか焼き 糸こんにゃくのそぼろ煮 山吹和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉のもろみ焼 なめたけの五目和え 山菜の煮付 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の南蛮漬け 小松菜のナムル 含煮(高野豆腐) 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 牛肉と根菜の甘辛煮 華風和え じゃが芋の磯辺ソテー 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 : 1765 kcal 蛋白質 : 68.6 g 脂質 : 42.8 g 炭水化物 : 260.5 g 塩分 : 8.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1736 kcal 蛋白質 : 74.3 g 脂質 : 41.4 g 炭水化物 : 257.8 g 塩分 : 7.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1712 kcal 蛋白質 : 72.9 g 脂質 : 46.6 g 炭水化物 : 245.9 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1617 kcal 蛋白質 : 67.7 g 脂質 : 32.5 g 炭水化物 : 254.9 g 塩分 : 7.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1558 kcal 蛋白質 : 63.9 g 脂質 : 28.6 g 炭水化物 : 250.1 g 塩分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1670 kcal 蛋白質 : 64.9 g 脂質 : 38.1 g 炭水化物 : 260.1 g 塩分 : 7.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1588 kcal 蛋白質 : 57.2 g 脂質 : 41.5 g 炭水化物 : 239.6 g 塩分 : 8.9 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1767 kcal 蛋白質 : 69.5 g 脂質 : 49.5 g 炭水化物 : 247.7 g 塩分 : 8.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1655 kcal 蛋白質 : 64.7 g 脂質 : 41.5 g 炭水化物 : 251.3 g 塩分 : 6.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1681 kcal 蛋白質 : 72.4 g 脂質 : 51.9 g 炭水化物 : 231.8 g 塩分 : 8.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1554 kcal 蛋白質 : 68.9 g 脂質 : 37.0 g 炭水化物 : 231.0 g 塩分 : 7.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1473 kcal 蛋白質 : 62.5 g 脂質 : 30.4 g 炭水化物 : 228.9 g 塩分 : 7.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1543 kcal 蛋白質 : 59.6 g 脂質 : 36.4 g 炭水化物 : 239.5 g 塩分 : 8.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1591 kcal 蛋白質 : 57.7 g 脂質 : 46.3 g 炭水化物 : 231.9 g 塩分 : 10.2 g

\*都合により献立を変更することがあります。