

施設長	施設長兼士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和5年 8月

[モナトリエ]

	6(日)	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 ワカメと鶏肉のわさび和え なすの含煮 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ししゃも 白菜の香味和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 厚焼き卵 煮物(カンモトキ) 味付けのり	◎和食 御飯 味噌汁 ごま豆腐 魚の香草焼き 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 卵の花 キャベツのゴマ和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 卵豆腐 春雨の和風和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 魚の塩焼き ごま豆腐 漬けもの
	◎洋食 パン ワカメのサラダ なすのソテー ヤクルト	◎洋食 パン オムレツ 白菜の香味サラダ スープ	◎洋食 ロールパンとぶどうパン スクランブルエッグ スパサラダ スープ	◎洋食 パン ピーマンとハムソテー グリーンサラダ スープ	◎洋食 パン フライドポテト キャベツのゴマドレッシング和え ヤクルト	◎洋食 パン 春雨のサラダ ベーコン スープ	◎洋食 ピザトースト ポテトサラダ フルーツ 牛乳
昼食	御飯 中華炒め 竹輪の金平 卵豆腐 清汁 フルーツ	御飯 タラの香草蒸し じゃが芋のコンソメ煮 オクラのおかか和え 清汁 漬け物	御飯 鶏肉の照焼チーズ焼き さつまいもサラダ しめじのソテー 清汁 漬け物	ビビンバ丼 餃子 中華スープ フルーツ	御飯 かれのいの煮付け さつまいもサラダ レバー甘辛煮 味噌汁 フルーツ	おにぎり 冷やしうどん 牛肉とごぼうの炒め煮 フルーツ	御飯 八宝菜 焼き餃子 ぜんまいのナムル 中華スープ フルーツ杏仁
昼間食	ゼリー	ワッフル	パウンドケーキ	ホットケーキ	ゼリー	クリームコンフェ	しっとり饅頭
夕食	御飯 鯖の塩焼き レンコンと鶏肉の炒り煮 焼きビーフン 清汁 飲むヨーグルト	御飯 煮込みハンバーグ なすのサラダ もやし炒め 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 南部焼き ピーマンのおかか煮 エッグサラダ おぼろ汁 飲むヨーグルト	御飯 魚のガーリックソテー ミモザサラダ 焼き豆腐の煮物 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 豆腐ハンバーグ 白菜とちくわの煮浸し からし菜のソテー 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の甘酢あんかけ いり豆腐 山クラゲのごま和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 牛肉の生姜焼き ひじきと大豆の炒め煮 イカのゴマ酢和え 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 : 1605 kcal 蛋白質 : 66.7 g 脂質 : 31.3 g 炭水化物 : 247.3 g 塩分 : 8.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1657 kcal 蛋白質 : 79.2 g 脂質 : 34.8 g 炭水化物 : 248.4 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1777 kcal 蛋白質 : 71.6 g 脂質 : 52.0 g 炭水化物 : 250.7 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1778 kcal 蛋白質 : 67.2 g 脂質 : 41.0 g 炭水化物 : 276.2 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1675 kcal 蛋白質 : 67.2 g 脂質 : 41.0 g 炭水化物 : 253.5 g 塩分 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1718 kcal 蛋白質 : 58.4 g 脂質 : 38.3 g 炭水化物 : 270.8 g 塩分 : 10.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1764 kcal 蛋白質 : 71.8 g 脂質 : 44.6 g 炭水化物 : 260.7 g 塩分 : 7.7 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1568 kcal 蛋白質 : 67.8 g 脂質 : 35.2 g 炭水化物 : 232.4 g 塩分 : 8.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1576 kcal 蛋白質 : 75.1 g 脂質 : 36.1 g 炭水化物 : 231.2 g 塩分 : 7.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1715 kcal 蛋白質 : 69.2 g 脂質 : 54.8 g 炭水化物 : 228.4 g 塩分 : 8.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1709 kcal 蛋白質 : 64.0 g 脂質 : 43.7 g 炭水化物 : 262.2 g 塩分 : 7.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1649 kcal 蛋白質 : 66.2 g 脂質 : 44.0 g 炭水化物 : 245.4 g 塩分 : 7.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1679 kcal 蛋白質 : 58.4 g 脂質 : 44.0 g 炭水化物 : 251.0 g 塩分 : 11.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1697 kcal 蛋白質 : 73.6 g 脂質 : 46.0 g 炭水化物 : 246.0 g 塩分 : 7.5 g

\*都合により献立を変更することがあります。

# 〇〇 献立一覧表 〇〇

令和5年 8月

[モナトリエ]

	13(日)	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 魚の醤油焼き チンゲン菜の卵炒め 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ミートボール かニ風味和え 味付けのり	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 チンゲン菜のソテー 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 鯖の塩焼 ジャーマンポテト風 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 ピーナッツ和え 豚肉と玉葱ソテー 煮豆	◎和食 御飯 味噌汁 インゲンとパプリカのソテー 焼き魚 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 卵とじ 佃煮
	◎洋食 パン ベビーハム チンゲン菜の卵炒め スープ	◎洋食 パン ミートボール かニ風味サラダ ジュース	◎洋食 パン チンゲン菜のソテー マカロニサラダ スープ	◎洋食 パン ポイルウインナー ジャーマンポテト スープ	◎洋食 パン アスパラサラダ 豚肉と玉葱ソテー 牛乳	◎洋食 パン インゲンとパプリカのソテー 大根とベビーリーフのサラダ スープ	◎洋食 パン オムレツ マカロニサラダ ヤクルト
昼食	御飯 ポークチャップ ササミのサラダ 焼きなす 清汁 フルーツ	ビーフカレー シーザーサラダ レタスのスープ フルーツヨーグルト	御飯 カニクリームコロッケ ポテトサラダ ひじきの煮付け コンソメスープ フルーツ	御飯 豚肉の野菜あんかけ えびと野菜のオイスターソース炒め キャロットサラダ 清汁 漬け物	御飯 魚の磯辺焼き 卵豆腐 えび団子の煮物 赤だし フルーツ	御飯 牛肉スタミナ炒め ひじきの煮付け 胡瓜サラダ コンソメスープ 漬け物	ロコモコ丼 えびサラダ 揚げタコ焼き パンプキンスープ
昼間食	今川焼き	どら焼き	ゼリー	お楽しみおやつ (お茶屋さんのワトクリーム)	プリン	今川焼き	
夕食	御飯 魚の当座煮 ベーコンと野菜の炒め物 茶そばサラダ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 干草焼き 糸こんにゃくの金平 ホーレン草のサラダ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉のネギチーズ 冬瓜の白煮 エビの梅和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚のたらこソースかけ 小松菜の香味和え ニラ玉 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 蒸し鶏のごまだれかけ チンゲン菜の和えもの 白菜の煮浸し 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の和風マヨネーズ焼き 華風和え(キャベツ) 厚揚げのそぼろ煮 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 酢鶏風 山芋のナメケ和え 春巻き 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 : 1629 kcal 蛋白質 : 71.9 g 脂質 : 32.9 g 炭水化物 : 250.8 g 塩分 : 7.4 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1533 kcal 蛋白質 : 70.3 g 脂質 : 33.4 g 炭水化物 : 231.4 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1679 kcal 蛋白質 : 58.8 g 脂質 : 29.8 g 炭水化物 : 285.4 g 塩分 : 6.5 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1668 kcal 蛋白質 : 57.9 g 脂質 : 31.3 g 炭水化物 : 283.8 g 塩分 : 6.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1772 kcal 蛋白質 : 49.1 g 脂質 : 49.6 g 炭水化物 : 241.6 g 塩分 : 6.9 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1781 kcal 蛋白質 : 48.1 g 脂質 : 58.6 g 炭水化物 : 222.9 g 塩分 : 7.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1801 kcal 蛋白質 : 70.2 g 脂質 : 54.2 g 炭水化物 : 247.8 g 塩分 : 9.5 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1838 kcal 蛋白質 : 69.9 g 脂質 : 62.9 g 炭水化物 : 243.7 g 塩分 : 10.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1507 kcal 蛋白質 : 62.9 g 脂質 : 28.3 g 炭水化物 : 235.9 g 塩分 : 6.1 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1448 kcal 蛋白質 : 61.7 g 脂質 : 35.3 g 炭水化物 : 209.3 g 塩分 : 6.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1737 kcal 蛋白質 : 73.3 g 脂質 : 47.5 g 炭水化物 : 246.2 g 塩分 : 8.2 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1639 kcal 蛋白質 : 68.3 g 脂質 : 48.4 g 炭水化物 : 228.6 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1828 kcal 蛋白質 : 62.3 g 脂質 : 62.8 g 炭水化物 : 247.2 g 塩分 : 5.9 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1779 kcal 蛋白質 : 59.4 g 脂質 : 64.6 g 炭水化物 : 236.8 g 塩分 : 5.9 g

\*都合により献立を変更することがあります。