

施設長	施設栄養士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和6年 6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 厚焼き卵 いんげんの土佐和え 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 大根のくず煮 冷奴 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 魚の紫蘇オイル焼き 酢の物 練物	◎和食 御飯 味噌汁 南瓜含煮 魚の塩焼 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ブロッコリーと鶏肉の山葵和え 冬瓜の含煮 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 鯔のみりん焼き 白菜の香味和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 スクランブルエッグ 煮物(カンモトキ) 漬けもの
	◎洋食 パン スパサラ いんげんのソテー スープ	◎洋食 パン 大根のサラダ ベビーハム スープ	◎洋食 パン ベーコン 胡瓜のサラダ スープ	◎洋食 パン 南瓜サラダ ハム卵ソテー スープ	◎洋食 パン ブロッコリーと鶏肉の山葵サラダ キャベツとコーンのソテー スープ	◎洋食 パン ゆで卵 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
昼食	御飯 クリームシチュー 野菜サラダの盛り合わせ ホーレン草とベーコンのソテー 杏仁フルーツ	御飯 イカのフライ アボカドサラダ カリフラワーソテー コンソメスープ 漬けもの	御飯 赤魚の煮付け 韭玉ソテー 山芋の和え物 清汁 漬けもの	野菜カレー 唐揚げ ごぼうサラダ フルーツ	御飯 鯖の塩焼き オクラの胡麻和え 炒り豆腐 味噌汁 漬けもの	御飯 豚肉のレモン焼き 大根のマヨ和え ひじきの煮付け 清汁 漬けもの	おにぎり みそラーメン 餃子 フルーツ
昼間食	どら焼き	ドーナツ	まんじゅう	ロールケーキ	バナナケーキ	水ようかん	ゼリー
夕食	御飯 牛肉の柳川風煮 青菜と油揚げの炒め物 おきゅうと 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 野菜チーズオムレツ風 厚揚げのサラダ 焼きビーフン 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 ハンバーグ ひじきサラダ 山クラゲの炒り煮 コンソメスープ 飲むヨーグルト	御飯 魚の中華野菜のせ 胡瓜の塩コンブ和え 角天と青菜のソテー 清汁 飲むヨーグルト	麦御飯 牛肉と青梗菜の炒め いんげんとえのきソテー 山羊とろろ 清汁 飲むヨーグルト	御飯 白身魚フライタルソースかけ じゃが芋のコーンバター炒め いかサラダ コンソメスープ 飲むヨーグルト	御飯 蒸し鶏のごまだれかけ 角天と大豆の煮付け 小松菜のお浸し 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 : 1713 kcal 蛋白質 : 69.0 g 脂質 : 38.6 g 炭水化物 : 259.3 g 塩分 : 6.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1841 kcal 蛋白質 : 57.7 g 脂質 : 63.2 g 炭水化物 : 253.7 g 塩分 : 6.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1630 kcal 蛋白質 : 75.3 g 脂質 : 33.6 g 炭水化物 : 245.9 g 塩分 : 6.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1974 kcal 蛋白質 : 65.4 g 脂質 : 62.0 g 炭水化物 : 280.2 g 塩分 : 7.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1676 kcal 蛋白質 : 66.9 g 脂質 : 38.9 g 炭水化物 : 252.8 g 塩分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1785 kcal 蛋白質 : 64.7 g 脂質 : 59.1 g 炭水化物 : 244.9 g 塩分 : 5.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1700 kcal 蛋白質 : 64.1 g 脂質 : 32.4 g 炭水化物 : 276.1 g 塩分 : 6.1 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1654 kcal 蛋白質 : 65.7 g 脂質 : 38.9 g 炭水化物 : 249.9 g 塩分 : 6.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1854 kcal 蛋白質 : 62.0 g 脂質 : 69.0 g 炭水化物 : 243.4 g 塩分 : 7.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1593 kcal 蛋白質 : 72.7 g 脂質 : 42.9 g 炭水化物 : 221.1 g 塩分 : 7.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1918 kcal 蛋白質 : 63.3 g 脂質 : 68.7 g 炭水化物 : 248.9 g 塩分 : 8.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1614 kcal 蛋白質 : 67.2 g 脂質 : 42.4 g 炭水化物 : 233.3 g 塩分 : 6.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1761 kcal 蛋白質 : 65.6 g 脂質 : 66.2 g 炭水化物 : 223.8 g 塩分 : 5.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1619 kcal 蛋白質 : 61.3 g 脂質 : 34.5 g 炭水化物 : 253.6 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。

施設長	施設栄養士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和6年 6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 ごま豆腐 魚の塩焼 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 卵の花 キャベツとかまぼこの胡麻和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 煮魚 胡瓜の和風和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 蓮根と豚肉の金平 春雨の和えもの 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 魚の醤油焼き ベビーハムソテー 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ミートボール カニ風味和え 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
	◎洋食 パン ピーマンとハムソテー 落とし焼き 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 胡瓜のサラダ ベーコン スープ	◎洋食 パン ウインナー 春雨のサラダ スープ	◎洋食 パン ピザトースト ベビーハムソテー バナナ 牛乳	◎洋食 パン ミートボール カニ風味サラダ スープ	◎洋食 パン チンゲン菜のソテー マカロニサラダ スープ
昼食	御飯 鶏モモ照焼チーズ ポテトとそら豆のサラダ もやし炒め 味噌汁 漬物	御飯 ホキの紫蘇オイル焼き 春雨のマヨネーズ和え なすの含煮 ワンタンスープ 漬けもの	高菜丼 茶そばサラダ スープ フルーツ	御飯 白身魚の唐揚げ 南瓜含煮 ハムとブロッコリーのサラダ 清汁 漬けもの	パン たらこスパゲティ ツナサラダ コンソメスープ フルーツ	御飯 鯖の照焼き 里芋の味噌かけ ゴーヤの卵とじ 清汁 漬けもの	御飯 冷やししゃぶしゃぶ しらたきの金平 春菊胡麻和え 味噌汁 コンポート
昼間食	くずもち	しっとり饅頭	桜餅	ミニパンケーキ	蒸しパン	とろろてん	ドーナツ
夕食	御飯 鰯の味噌焼き 白和え ひじきの煮付け 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉としめじソテーのせ もずく酢 冬瓜の枝豆あんかけ 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の梅煮 大根煮物 しそ風味和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 マーボー豆腐 あさりの卵とじ わさび酢和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 煮魚 キャベツの甘酢和え 厚揚げと鶏肉のソテー 清汁 飲むヨーグルト	御飯 松風焼き 切干し大根煮付 ホーレン草お浸し おぼろ汁 飲むヨーグルト	御飯 カレー風味焼き ひじきの煮付け カリフラワーのゆかり和え 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 : 1726 kcal 蛋白質 : 72.5 g 脂質 : 51.3 g 炭水化物 : 231.1 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1437 kcal 蛋白質 : 54.3 g 脂質 : 31.5 g 炭水化物 : 227.4 g 塩分 : 7.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1489 kcal 蛋白質 : 59.9 g 脂質 : 18.5 g 炭水化物 : 260.0 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1723 kcal 蛋白質 : 62.4 g 脂質 : 42.3 g 炭水化物 : 261.8 g 塩分 : 6.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1655 kcal 蛋白質 : 72.7 g 脂質 : 32.9 g 炭水化物 : 258.5 g 塩分 : 7.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1631 kcal 蛋白質 : 72.9 g 脂質 : 35.6 g 炭水化物 : 243.7 g 塩分 : 7.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1647 kcal 蛋白質 : 58.8 g 脂質 : 46.4 g 炭水化物 : 248.5 g 塩分 : 6.4 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1699 kcal 蛋白質 : 74.8 g 脂質 : 53.7 g 炭水化物 : 221.9 g 塩分 : 8.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1411 kcal 蛋白質 : 53.3 g 脂質 : 34.5 g 炭水化物 : 219.3 g 塩分 : 7.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1435 kcal 蛋白質 : 56.4 g 脂質 : 24.1 g 炭水化物 : 240.4 g 塩分 : 8.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1787 kcal 蛋白質 : 63.2 g 脂質 : 58.1 g 炭水化物 : 246.7 g 塩分 : 7.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1652 kcal 蛋白質 : 76.7 g 脂質 : 37.3 g 炭水化物 : 251.2 g 塩分 : 7.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1551 kcal 蛋白質 : 72.0 g 脂質 : 37.1 g 炭水化物 : 224.8 g 塩分 : 8.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1639 kcal 蛋白質 : 54.6 g 脂質 : 52.7 g 炭水化物 : 210.0 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。