

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]

	16(日)	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 魚の塩焼 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 卵の花 煮豆	◎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
	◎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 ツナと玉葱ソテー スープ	◎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
昼食	御飯 魚の香草焼き イカのゴマ酢和え なすの含煮 味噌汁 漬けもの	御飯 豚肉の生姜焼き あさりの酢の物 高野豆腐の卵とじ 味噌汁 漬けもの	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 オクラとろろそば(冷) 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 五色生酢 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
昼間食	ゼリー	フルーツみつ豆	プリン	どら焼き	バウムクーヘン	ミルクくずもち	ゼリー
夕食	御飯 鶏肉の吉野焼き 大根煮物 リンゴサラダ 清汁 飲むヨーグルト	御飯 赤魚のおろしホソ酢かけ チンゲン菜のえのき和え レバーの生姜煮 おぼろ汁 飲むヨーグルト	御飯 メンチカツ 厚揚げの炒め煮 トレンジング和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 加イの煮付 春巻き なすの中華サラダ 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
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1568 kcal 蛋白質 : 59.3 g 脂質 : 34.0 g 炭水化物 : 246.2 g 塩分 : 8.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1609 kcal 蛋白質 : 85.0 g 脂質 : 28.5 g 炭水化物 : 244.7 g 塩分 : 7.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1628 kcal 蛋白質 : 59.9 g 脂質 : 45.7 g 炭水化物 : 238.5 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1693 kcal 蛋白質 : 61.9 g 脂質 : 33.4 g 炭水化物 : 276.4 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1653 kcal 蛋白質 : 72.8 g 脂質 : 41.4 g 炭水化物 : 232.1 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1746 kcal 蛋白質 : 57.0 g 脂質 : 44.2 g 炭水化物 : 267.3 g 塩分 : 5.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1795 kcal 蛋白質 : 58.3 g 脂質 : 59.6 g 炭水化物 : 242.0 g 塩分 : 8.6 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1641 kcal 蛋白質 : 59.3 g 脂質 : 46.2 g 炭水化物 : 242.7 g 塩分 : 9.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1539 kcal 蛋白質 : 85.9 g 脂質 : 32.5 g 炭水化物 : 221.9 g 塩分 : 8.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1555 kcal 蛋白質 : 59.5 g 脂質 : 48.0 g 炭水化物 : 219.0 g 塩分 : 6.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1772 kcal 蛋白質 : 62.9 g 脂質 : 44.5 g 炭水化物 : 272.5 g 塩分 : 8.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1680 kcal 蛋白質 : 76.5 g 脂質 : 47.1 g 炭水化物 : 226.0 g 塩分 : 7.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1678 kcal 蛋白質 : 53.3 g 脂質 : 49.6 g 炭水化物 : 243.7 g 塩分 : 6.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1748 kcal 蛋白質 : 59.6 g 脂質 : 71.3 g 炭水化物 : 206.6 g 塩分 : 8.9 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]

	23(日)	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 白和え 魚の香草焼き 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	◎和食 御飯 味噌汁 小松菜とウインナーの炒め物 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
	◎洋食 パン 魚肉ソーセージとブロッコリーのソテー グリーンサラダ ヤクルト	◎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	◎洋食 パン 小松菜とウインナーの炒め物 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
昼食	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 チキンカツ 花野菜の香り和え 蓮根の金平 コーンクリームスープ 漬け物	御飯 魚のチャンチャン焼き風 胡瓜明太子ドレッシング和え 厚揚げのそぼろ煮 清汁 漬け物	麦ご飯 豚肉としめじの炒め物 とろろ もやし和えもの 赤だし 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 冷麺 春巻き フルーツ	御飯 かれの野菜あん 里芋のみそ煮 もやしのゴママヨ和え けんちん汁 漬け物
昼間食	水ようかん	ミルクぐずもち	ドーナツ	豆パン	どら焼き	しっとり饅頭	杏仁フルーツ
夕食	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	御飯 ミートローフ じゃが芋の高菜炒め ワカメのサラダ 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 肉団子の黒酢あん 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
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1632 kcal 蛋白質 : 72.4 g 脂質 : 36.8 g 炭水化物 : 242.5 g 塩分 : 6.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1725 kcal 蛋白質 : 70.9 g 脂質 : 43.7 g 炭水化物 : 261.6 g 塩分 : 8.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1808 kcal 蛋白質 : 78.5 g 脂質 : 50.2 g 炭水化物 : 253.9 g 塩分 : 6.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1953 kcal 蛋白質 : 68.4 g 脂質 : 55.2 g 炭水化物 : 280.0 g 塩分 : 7.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1781 kcal 蛋白質 : 66.6 g 脂質 : 44.3 g 炭水化物 : 267.2 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1746 kcal 蛋白質 : 64.3 g 脂質 : 43.5 g 炭水化物 : 259.5 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1856 kcal 蛋白質 : 76.8 g 脂質 : 54.0 g 炭水化物 : 254.0 g 塩分 : 7.0 g
	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1506 kcal 蛋白質 : 62.6 g 脂質 : 35.7 g 炭水化物 : 229.0 g 塩分 : 5.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1760 kcal 蛋白質 : 70.7 g 脂質 : 57.2 g 炭水化物 : 244.5 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1763 kcal 蛋白質 : 81.6 g 脂質 : 53.4 g 炭水化物 : 234.6 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1887 kcal 蛋白質 : 73.7 g 脂質 : 57.6 g 炭水化物 : 265.6 g 塩分 : 7.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1685 kcal 蛋白質 : 62.7 g 脂質 : 52.8 g 炭水化物 : 232.1 g 塩分 : 7.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1655 kcal 蛋白質 : 60.3 g 脂質 : 45.2 g 炭水化物 : 240.7 g 塩分 : 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー2 エネルギー : 1788 kcal 蛋白質 : 76.6 g 脂質 : 57.3 g 炭水化物 : 232.4 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。