

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30日(日)～7月6日(土)

[モナトリエ]

	6/30(日)	7/1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
朝食	◎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	◎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	◎和食 御飯 味噌汁 青菜と竹輪の和えもの 煮魚 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 牛肉とごぼうの煮付け 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 大根おろし 厚焼き卵 佃煮	◎和食 御飯 味噌汁 ごま豆腐 高菜とポテト炒め ふりかけ
	◎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	◎洋食 パン ソーセージの野菜炒め 春雨のサラダ スープ	◎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	◎洋食 パン ベーコン グリーンサラダ スープ	◎洋食 パン 水菜のドレッシング和え 大根ソテー 牛乳	◎洋食 パン 青菜としめじのソテー ウインナー スープ
昼食	御飯 鶏肉のゆかり天ぷら イカのゴマ酢和え 春雨の炒め物 おぼろ汁 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 漬けもの	ロコモコ丼 ポテトサラダ ブロッコリーとベーコンソテー ポタージュスープ フルーツ ロコモコ丼	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(カンムキ) 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 カリフラワーのギリシャ風 ひじきの煮付け 小松菜とムネギの豆乳スープ 漬けもの
昼間食	豆蒸しパン	イチゴクレープ	コーヒーゼリー	パウンドケーキ	ゼリー	くずもち	蒸しパン
夕食	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	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 小松菜とハムソテー 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
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1692 kcal 蛋白質: 76.2 g 脂質: 48.5 g 炭水化物: 234.0 g 塩分: 6.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1839 kcal 蛋白質: 61.3 g 脂質: 60.7 g 炭水化物: 252.1 g 塩分: 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 2292 kcal 蛋白質: 82.0 g 脂質: 61.7 g 炭水化物: 344.6 g 塩分: 7.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1718 kcal 蛋白質: 65.6 g 脂質: 51.6 g 炭水化物: 237.8 g 塩分: 8.6 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: 235.7 g 塩分: 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1465 kcal 蛋白質: 68.5 g 脂質: 26.5 g 炭水化物: 233.4 g 塩分: 6.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー: 1878 kcal 蛋白質: 63.9 g 脂質: 56.0 g 炭水化物: 276.3 g 塩分: 7.2 g
	◎選択メニュー2 エネルギー: 1681 kcal 蛋白質: 72.3 g 脂質: 58.4 g 炭水化物: 213.6 g 塩分: 6.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1770 kcal 蛋白質: 58.6 g 脂質: 64.6 g 炭水化物: 231.3 g 塩分: 7.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 2234 kcal 蛋白質: 81.7 g 脂質: 65.7 g 炭水化物: 323.2 g 塩分: 7.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1636 kcal 蛋白質: 62.7 g 脂質: 58.0 g 炭水化物: 209.2 g 塩分: 9.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1451 kcal 蛋白質: 56.5 g 脂質: 36.3 g 炭水化物: 207.9 g 塩分: 6.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1445 kcal 蛋白質: 68.4 g 脂質: 32.8 g 炭水化物: 215.0 g 塩分: 6.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー: 1861 kcal 蛋白質: 54.9 g 脂質: 65.3 g 炭水化物: 252.6 g 塩分: 8.3 g

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覽表 〇〇

令和6年 7月

[モナトリエ]

	7(日)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 魚の梅肉焼き 卵の花 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 ごま豆腐 魚の塩焼 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ピーマンとウインナーの炒物 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 冷奴 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 キャベツとムキエビのソテー しそ昆布和え 漬けもの
	◎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	◎洋食 パン ベーコンのサラダ ゆで卵 スープ	◎洋食 パン ウインナー 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 キャベツとムキエビのソテー ベビーハム スープ
昼食	おにぎり 七夕そうめん 冬瓜のかにあんかけ フルーツ	ハヤシライス マセドアンサラダ コンソメスープ フルーツ	御飯 鶏肉の山賊焼き 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 蓮根と鶏肉の金平 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 魚のエッグのせ焼き 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
昼間食	プチケーキ	ドーナツ	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	コーヒーゼリー
夕食	御飯 白菜のクリーム煮 マカロニサラダ 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	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 お浸し(小松菜) 中華スープ 飲むヨーグルト	御飯 がめ煮 なすの香味ソテー モロヘイヤの和えもの 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚のおかか焼き 糸こんにこのそぼろ煮 山吹和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉のもろみ焼 なめたけの五目と和え 山海煮 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 : 1741 kcal 蛋白質 : 62.0 g 脂質 : 35.4 g 炭水化物 : 279.4 g 塩 : 9.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1691 kcal 蛋白質 : 59.6 g 脂質 : 44.9 g 炭水化物 : 258.8 g 塩 : 6.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1808 kcal 蛋白質 : 68.6 g 脂質 : 48.0 g 炭水化物 : 259.8 g 塩 : 8.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1684 kcal 蛋白質 : 73.7 g 脂質 : 37.8 g 炭水化物 : 254.9 g 塩 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1591 kcal 蛋白質 : 68.5 g 脂質 : 37.4 g 炭水化物 : 242.7 g 塩 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1587 kcal 蛋白質 : 65.2 g 脂質 : 30.4 g 炭水化物 : 254.3 g 塩 : 7.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1624 kcal 蛋白質 : 63.1 g 脂質 : 41.1 g 炭水化物 : 240.0 g 塩 : 7.2 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1666 kcal 蛋白質 : 58.5 g 脂質 : 36.6 g 炭水化物 : 261.6 g 塩 : 9.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1703 kcal 蛋白質 : 59.3 g 脂質 : 54.5 g 炭水化物 : 243.5 g 塩 : 7.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1811 kcal 蛋白質 : 69.5 g 脂質 : 54.7 g 炭水化物 : 247.1 g 塩 : 8.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1603 kcal 蛋白質 : 64.1 g 脂質 : 37.9 g 炭水化物 : 248.4 g 塩 : 6.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1617 kcal 蛋白質 : 67.2 g 脂質 : 44.3 g 炭水化物 : 238.0 g 塩 : 8.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1523 kcal 蛋白質 : 66.3 g 脂質 : 34.9 g 炭水化物 : 230.5 g 塩 : 7.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1579 kcal 蛋白質 : 66.6 g 脂質 : 45.1 g 炭水化物 : 217.0 g 塩 : 8.2 g

*都合により献立を変更することがあります。