

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 7月

[モナトリエ]

	14(日)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 鯖の煮付 卵豆腐 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	◎和食 御飯 味噌汁 胡瓜と竹輪の和え物 大根の金平 煮豆	◎和食 御飯 味噌汁 ホッケの塩焼き 白菜レモン風味和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 筍炒め 甘酢和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 カリフラワーとベーコンソテー 白和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 スナップえんどうのおかか和え さばの塩焼 漬けもの
	◎洋食 パン フライドポテトのソテー 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	◎洋食 パン 胡瓜と竹輪のサラダ 大根のサラダ コンク	◎洋食 パン 白菜レモン風味和え ウインナー ジュース	◎洋食 ロールパンとレーズンロール マカロニサラダ キャベツサラダ スープ	◎洋食 パン カリフラワーとベーコンソテー ソーセージ スープ	◎洋食 パン ベーコン スナップえんどうのマヨサラダ スープ
昼食	御飯 豚肉と板こんにゃくの味噌炒め 山芋のとろろ 山クラゲの炒り煮 清汁 漬けもの	おにぎり チャンポン 餃子 キムチ	御飯 タンドリーチキン もやしの胡麻和え エビ玉 清汁 漬けもの	御飯 肉じゃが マリネサラダ 煮浸し 清汁 漬けもの	カツカレー ブロッコリーサラダ 卵スープ 漬け物	御飯 ホキの磯辺焼き かまぼこの胡麻和え 蓮根のそぼろ煮 清汁 漬けもの	彩ちりめんご飯 揚だし豆腐 花がんもの煮付け キャベツの和え物 清汁 茶碗蒸し 漬けもの
昼間食	ロールケーキ	クレープ	ストロベリー蒸しパン	水ようかん	しっとり蒸しパン	豆パン	ミニ桜餅
夕食	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	御飯 白身魚のレモン蒸し ひじきとたけのこの和え物 厚揚げの煮物 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉のマスタード焼き なすのそぼろ煮 青菜の胡麻和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の味噌煮 小松菜の和え物 ハムと野菜の炒め物 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の竜田焼き 豆腐のサラダ 焼きビーフン 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚のバター焼きホワイトソースかけ ひじきのサラダ 大根の田舎煮込み 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 : 1787 kcal 蛋白質 : 66.5 g 脂質 : 45.9 g 炭水化物 : 268.4 g 塩分 : 8.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1689 kcal 蛋白質 : 60.7 g 脂質 : 42.8 g 炭水化物 : 256.2 g 塩分 : 9.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1708 kcal 蛋白質 : 67.6 g 脂質 : 37.4 g 炭水化物 : 266.4 g 塩分 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1531 kcal 蛋白質 : 62.7 g 脂質 : 30.5 g 炭水化物 : 242.7 g 塩分 : 6.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1628 kcal 蛋白質 : 63.5 g 脂質 : 31.4 g 炭水化物 : 264.9 g 塩分 : 7.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 2108 kcal 蛋白質 : 79.2 g 脂質 : 64.2 g 炭水化物 : 287.8 g 塩分 : 7.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1620 kcal 蛋白質 : 69.7 g 脂質 : 37.4 g 炭水化物 : 243.8 g 塩分 : 8.3 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1660 kcal 蛋白質 : 61.6 g 脂質 : 43.7 g 炭水化物 : 248.6 g 塩分 : 8.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1692 kcal 蛋白質 : 61.2 g 脂質 : 47.6 g 炭水化物 : 248.5 g 塩分 : 10.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1597 kcal 蛋白質 : 64.7 g 脂質 : 40.2 g 炭水化物 : 237.3 g 塩分 : 6.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1515 kcal 蛋白質 : 58.4 g 脂質 : 35.3 g 炭水化物 : 235.5 g 塩分 : 6.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1603 kcal 蛋白質 : 62.5 g 脂質 : 41.0 g 炭水化物 : 239.1 g 塩分 : 9.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 2101 kcal 蛋白質 : 76.9 g 脂質 : 69.5 g 炭水化物 : 281.8 g 塩分 : 9.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1564 kcal 蛋白質 : 65.0 g 脂質 : 44.0 g 炭水化物 : 221.9 g 塩分 : 8.6 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 7月

[モナトリエ]

	21(日)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 煮魚 もやしの和えもの 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 角天の煮物 白菜の浅漬け風 ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 ごま豆腐 魚の塩焼き 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 チンゲン菜とベーコンソテー オクラのおかか和え 味付けのり	◎和食 御飯 味噌汁 じゃが煮 冷奴 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 魚の青さ焼き ゴーヤの卵炒め 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ミートボール カリフラワーのゆかり和え ふりかけ
	◎洋食 パン スクラブルエッグ もやしサラダ 牛乳	◎洋食 パン ロースハム スパサラダ スープ	◎洋食 パン ゆで卵 ウインナー スープ	◎洋食 パン チンゲン菜とベーコンソテー オクラの和風サラダ スープ	◎洋食 ロールパンとマーブルパン ポテトサラダ オムレツ コンク	◎洋食 パン ソーセージ ゴーヤの卵炒め スープ	◎洋食 パン ミートボールケチャップ煮 カリフラワーのオーロラ和え ジュース
昼食	御飯 鯖の若狭焼き たらもサラダ しらたきの煮物 コンソメスープ フルーツヨーグルト	御飯 鶏肉のから揚げ風黒酢あんか ドレッシング和え 赤だし 漬けもの	御飯 魚のバジルソース ペビーハムとアスパラソテー ホーレン草の和え物 味噌汁 漬けもの	鰻井 生酢 清汁 フルーツ	御飯 魚の香草焼き 冬瓜とのかニフレークソテー 白和え 味噌汁 漬けもの	ひじきおにぎり かわらそば シューマイ フルーツ	御飯 焼き魚の野菜あんかけ 春雨のサラダ 大根の煮付 味噌汁 漬けもの
昼間食	たい焼き	クリームコンフェ	プリン	今川焼き	わらびもち	ワッフル	どら焼き
夕食	御飯 豚バラ大根煮 キャベツのソテー 山芋の和え物 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 干草焼き 冷奴「刻み野菜のせ」 ゴーヤのごまマヨネーズ和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉のごまソースかけ さつま芋の含煮 卵の花 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 がめ煮 オーロラソースかけ 南瓜いとこ煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 牛肉の塩だれ焼き 茄子のひすい煮 青菜と竹輪の和え物 清汁 飲むヨーグルト	麦御飯 鯖の塩焼 とろろ レバーの生姜煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の煮物 キャベツのソテー なすのサラダ 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 : 1738 kcal 蛋白質 : 60.8 g 脂質 : 43.9 g 炭水化物 : 268.0 g 水分 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1808 kcal 蛋白質 : 67.3 g 脂質 : 63.5 g 炭水化物 : 232.5 g 水分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1653 kcal 蛋白質 : 64.9 g 脂質 : 37.8 g 炭水化物 : 251.7 g 水分 : 6.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1686 kcal 蛋白質 : 61.9 g 脂質 : 37.2 g 炭水化物 : 265.1 g 水分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1563 kcal 蛋白質 : 65.7 g 脂質 : 30.1 g 炭水化物 : 246.7 g 水分 : 8.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1702 kcal 蛋白質 : 84.0 g 脂質 : 37.5 g 炭水化物 : 247.4 g 水分 : 6.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1710 kcal 蛋白質 : 66.2 g 脂質 : 38.8 g 炭水化物 : 263.7 g 水分 : 6.9 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1726 kcal 蛋白質 : 63.0 g 脂質 : 50.2 g 炭水化物 : 250.8 g 水分 : 6.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1742 kcal 蛋白質 : 65.7 g 脂質 : 67.2 g 炭水化物 : 210.9 g 水分 : 5.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1572 kcal 蛋白質 : 63.2 g 脂質 : 44.8 g 炭水化物 : 222.2 g 水分 : 6.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1591 kcal 蛋白質 : 58.9 g 脂質 : 38.9 g 炭水化物 : 244.3 g 水分 : 8.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1545 kcal 蛋白質 : 64.1 g 脂質 : 37.8 g 炭水化物 : 205.1 g 水分 : 7.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1625 kcal 蛋白質 : 81.7 g 脂質 : 39.0 g 炭水化物 : 231.3 g 水分 : 7.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1672 kcal 蛋白質 : 64.3 g 脂質 : 39.4 g 炭水化物 : 258.2 g 水分 : 6.6 g

*都合により献立を変更することがあります。