

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28日(日)～8月3日(土)

[モナトリエ]

	7/28(日)	29(月)	30(火)	31(水)	8/1(木)	2(金)	3(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 卵豆腐 ごま和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ホッケの塩焼 ホーレン草お浸し 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 青菜とあさりの和えもの 里芋含煮 煮豆	◎和食 御飯 味噌汁 パプリカとウインナーソーテ 大根の和え物 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 ししゃも チンゲン菜と鶏肉のお浸し 煮豆	◎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 魚の紫蘇オイル焼き 酢の物 漬けもの
	◎洋食 パン 目玉焼き マカロニサラダ スープ	◎洋食 パン ベビーハム ツナとホーレン草のサラダ スープ	◎洋食 パン コールスローサラダ 豚肉と玉葱ソーテ 牛乳	◎洋食 パン パプリカとウインナーソーテ 大根とレタスのサラダ スープ	◎洋食 ロールパン チンゲン菜と鶏肉のサラダ 落とし焼き 牛乳	◎洋食 パン ポテトサラダ いんげんのソーテ スープ	◎洋食 パン ベーコン 胡瓜のサラダ スープ
昼食	御飯 ピーナツ焼き ぜんまいのナムル もやし炒め 粕汁 漬けもの	パン クリームシチュー かに玉オムレツ風 コンソメスープ フルーツ	御飯 魚の天ぷら カニラサラダ 清汁 漬け物	御飯 鶏肉のカレー焼き ホーレン草お浸し 貝汁 漬け物	赤飯 牛肉の夏野菜塩たれ炒め ハムのマリネ 五目豆煮 味噌汁 漬け物	おにぎり 冷やし山かけそば なすの天ぷら フルーツ	御飯 カレームニエル 焼きなす ごま和え 清汁 フルーツ
昼間食	バウムクーヘン	ヨーヒーミルク餅	ドーナツ	芋蒸しパン	パウンドケーキ	ゼリー	水ようかん
夕食	御飯 豚肉の生姜焼き 胡瓜としめじの和えもの 牛蒡の卵とじ 清汁 飲むヨーグルト	御飯 エビと野菜のソーテ ごま和え(白菜) 厚揚げと豚肉の煮物 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の吉野焼 南瓜のソーテ スパサラ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 煮魚 もずく酢 豚ニラ玉 のっぺい汁 飲むヨーグルト	御飯 和風ピカタ ぜんまいのナムル なすの四川風 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 厚揚げと豚肉の香味ソーテ 竹輪の柳川風 ピーナツ和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の中華風五目ソーテ じゃが芋のバターソーテ 切干し大根煮付け 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 : 1522 kcal 蛋白質質 : 68.2 g 脂質質 : 31.3 g 炭水化物 : 224.7 g 塩分 : 7.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1743 kcal 蛋白質質 : 78.6 g 脂質質 : 44.0 g 炭水化物 : 247.4 g 塩分 : 9.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1782 kcal 蛋白質質 : 65.1 g 脂質質 : 45.2 g 炭水化物 : 270.1 g 塩分 : 7.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1625 kcal 蛋白質質 : 68.4 g 脂質質 : 35.2 g 炭水化物 : 253.2 g 塩分 : 8.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1872 kcal 蛋白質質 : 86.4 g 脂質質 : 42.5 g 炭水化物 : 274.5 g 塩分 : 7.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1598 kcal 蛋白質質 : 58.4 g 脂質質 : 32.9 g 炭水化物 : 263.9 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1686 kcal 蛋白質質 : 61.9 g 脂質質 : 42.6 g 炭水化物 : 255.3 g 塩分 : 6.2 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1616 kcal 蛋白質質 : 72.8 g 脂質質 : 45.3 g 炭水化物 : 208.3 g 塩分 : 7.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1812 kcal 蛋白質質 : 82.5 g 脂質質 : 53.3 g 炭水化物 : 242.8 g 塩分 : 11.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1699 kcal 蛋白質質 : 67.5 g 脂質質 : 50.0 g 炭水化物 : 244.1 g 塩分 : 6.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1552 kcal 蛋白質質 : 68.0 g 脂質質 : 38.6 g 炭水化物 : 231.5 g 塩分 : 8.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1812 kcal 蛋白質質 : 88.0 g 脂質質 : 49.7 g 炭水化物 : 246.9 g 塩分 : 6.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1536 kcal 蛋白質質 : 53.7 g 脂質質 : 35.3 g 炭水化物 : 250.9 g 塩分 : 6.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1736 kcal 蛋白質質 : 60.3 g 脂質質 : 54.5 g 炭水化物 : 245.3 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。

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 8月

[モナトリエ]

	4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 大根のくず煮 冷奴 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 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
	◎洋食 パン 大根のサラダ オムレツ スープ	◎洋食 パン 南瓜のサラダ ウインナー スープ	◎洋食 パン ワカメと鶏肉のサラダ 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 ジュース
昼食	御飯 牛肉のしぐれ煮 ふきの炒め物 水菜のサラダ 清汁 漬け物	御飯 フライ盛り合わせ 春菊の和え物 清汁 漬け物	御飯 中華炒め 竹輪の金平 卵豆腐 清汁 フルーツ	御飯 魚の香草蒸し じゃが芋のコンソメ煮 冷製スープ 漬け物	御飯 鶏肉の照焼チーズ焼き さつま芋サラダ 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 かれの煮付け 南瓜サラダ レバー甘辛煮 味噌汁 フルーツ
昼間食	カステラ	ミニロールケーキ	ロールケーキ	ワッフル	豆パン	ホットケーキ	ゼリー
夕食	御飯 ホッケの塩焼き 炒り豆腐 酢の物 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の照焼 里芋の田舎煮 しろ菜のしそ和え 味噌汁 飲むヨーグルト	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 五目つくね焼き 白菜とちくわの煮浸し からし菜の和えもの 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 : 1603 kcal 蛋白質 : 67.0 g 脂質 : 31.5 g 炭水化物 : 254.7 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1646 kcal 蛋白質 : 63.2 g 脂質 : 44.7 g 炭水化物 : 239.8 g 塩分 : 6.7 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1729 kcal 蛋白質 : 70.3 g 脂質 : 38.3 g 炭水化物 : 268.4 g 塩分 : 8.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1656 kcal 蛋白質 : 82.5 g 脂質 : 34.9 g 炭水化物 : 243.5 g 塩分 : 6.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1937 kcal 蛋白質 : 74.1 g 脂質 : 54.0 g 炭水化物 : 283.2 g 塩分 : 8.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1760 kcal 蛋白質 : 68.2 g 脂質 : 39.6 g 炭水化物 : 273.2 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1801 kcal 蛋白質 : 76.8 g 脂質 : 47.3 g 炭水化物 : 258.0 g 塩分 : 7.2 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1555 kcal 蛋白質 : 68.1 g 脂質 : 36.5 g 炭水化物 : 233.5 g 塩分 : 6.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1593 kcal 蛋白質 : 58.2 g 脂質 : 53.4 g 炭水化物 : 208.7 g 塩分 : 8.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1692 kcal 蛋白質 : 71.4 g 脂質 : 42.2 g 炭水化物 : 253.5 g 塩分 : 8.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1571 kcal 蛋白質 : 78.0 g 脂質 : 36.1 g 炭水化物 : 225.9 g 塩分 : 6.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1875 kcal 蛋白質 : 71.7 g 脂質 : 56.8 g 炭水化物 : 260.9 g 塩分 : 9.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1691 kcal 蛋白質 : 65.0 g 脂質 : 42.3 g 炭水化物 : 259.2 g 塩分 : 7.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1757 kcal 蛋白質 : 75.2 g 脂質 : 50.2 g 炭水化物 : 246.1 g 塩分 : 6.9 g

\*都合により献立を変更することがあります。