

|     |       |       |
|-----|-------|-------|
| 施設長 | 施設栄養士 | 委託責任者 |
|     |       |       |

# 〇〇 献 立 一 覧 表 〇〇

令和7年 8月

[モナトリエ]

|     | 3(日)                                                                                                   | 4(月)                                                                                                   | 5(火)                                                                                                   | 6(水)                                                                                                   | 7(木)                                                                                                   | 8(金)                                                                                                   | 9(土)                                                                                                   |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 朝食  | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>魚の紫蘇オイル焼き<br>酢の物<br>漬けもの                                                           | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>大根のくず煮<br>冷奴<br>練物                                                                 | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>南瓜含煮<br>魚の塩焼<br>漬けもの                                                               | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>ワカメと鶏肉のわさび和え<br>なすの含煮<br>漬けもの                                                      | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>煮魚<br>白菜の香味和え<br>ふりかけ                                                              | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>厚焼き卵<br>煮物(カンモトキ)<br>味付けのり                                                         | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>ごま豆腐<br>春雨のそぼろ煮<br>漬物                                                              |
|     | ◎洋食<br>パン<br>ベーコン<br>胡瓜のサラダ<br>スープ                                                                     | ◎洋食<br>パン<br>大根のサラダ<br>オムレツ<br>スープ                                                                     | ◎洋食<br>パン<br>南瓜のサラダ<br>ウインナー<br>スープ                                                                    | ◎洋食<br>パン<br>ワカメと鶏肉のサラダ<br>なすのソテー<br>ヤクルト                                                              | ◎洋食<br>パン<br>ハムソテー<br>白菜の香味サラダ<br>スープ                                                                  | ◎洋食<br>ロールパンとぶどうパン<br>スクランブルエッグ<br>スパサラダ<br>スープ                                                        | ◎洋食<br>ピーマンとハムソテー<br>グリーンサラダ<br>スープ                                                                    |
| 昼食  | 御飯<br>カレーニエル<br>焼きなす<br>ごま和え<br>清汁<br>フルーツ                                                             | 御飯<br>牛肉のしぐれ煮<br>ふきの炒め物<br>水菜のサラダ<br>清汁<br>漬け物                                                         | 御飯<br>アジフライ<br>春菊の和え物<br>清汁<br>漬け物                                                                     | 御飯<br>中華炒め<br>竹輪の金平<br>卵豆腐<br>清汁<br>フルーツ                                                               | 御飯<br>魚の香草蒸し<br>じゃが芋のコンソメ煮<br>冷製スープ<br>漬け物                                                             | 御飯<br>鶏肉の照焼チーズ焼き<br>さつま芋サラダ<br>しめじのソテー<br>清汁<br>漬け物                                                    | ビビンバ丼<br>シューマイ<br>中華スープ<br>フルーツ                                                                        |
| 昼間食 | 水ようかん                                                                                                  | カステラ                                                                                                   | ミニロールケーキ                                                                                               | クリームコンフェ                                                                                               | ワッフル                                                                                                   | 豆パン                                                                                                    | ホットケーキ                                                                                                 |
| 夕食  | 御飯<br>鶏肉の中華風五目ソテー<br>じゃが芋のバターソテー<br>切干し大根煮付け<br>清汁<br>飲むヨーグルト                                          | 御飯<br>ホッケの塩焼き<br>炒り豆腐<br>酢の物<br>味噌汁<br>飲むヨーグルト                                                         | 御飯<br>鶏肉の照焼<br>里芋の田舎煮<br>しろ菜のしそ和え<br>味噌汁<br>飲むヨーグルト                                                    | 御飯<br>鯖の塩焼き<br>レンコンと鶏肉の炒り煮<br>焼きビーフン<br>清汁<br>飲むヨーグルト                                                  | 御飯<br>煮込みハンバーグ<br>なすのサラダ<br>豆腐とひじきの煮物<br>味噌汁<br>飲むヨーグルト                                                | 御飯<br>南部焼き<br>ピーマンのおかか煮<br>エッグサラダ<br>おぼろ汁<br>飲むヨーグルト                                                   | 御飯<br>魚のガーリックソテー<br>ミモザサラダ<br>焼き豆腐の煮物<br>味噌汁<br>飲むヨーグルト                                                |
| 成分値 | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1718 kcal<br>蛋白質 : 62.6 g<br>脂質 : 42.7 g<br>炭水化物 : 255.7 g<br>塩分 : 6.2 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1607 kcal<br>蛋白質 : 67.2 g<br>脂質 : 30.5 g<br>炭水化物 : 254.9 g<br>塩分 : 6.7 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1669 kcal<br>蛋白質 : 65.8 g<br>脂質 : 43.4 g<br>炭水化物 : 240.5 g<br>塩分 : 6.7 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1707 kcal<br>蛋白質 : 69.9 g<br>脂質 : 37.2 g<br>炭水化物 : 258.1 g<br>塩分 : 8.8 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1655 kcal<br>蛋白質 : 80.3 g<br>脂質 : 31.7 g<br>炭水化物 : 244.6 g<br>塩分 : 6.6 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1961 kcal<br>蛋白質 : 74.5 g<br>脂質 : 53.8 g<br>炭水化物 : 285.8 g<br>塩分 : 8.2 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1824 kcal<br>蛋白質 : 65.9 g<br>脂質 : 42.1 g<br>炭水化物 : 275.8 g<br>塩分 : 6.6 g |
|     | ◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1748 kcal<br>蛋白質 : 60.9 g<br>脂質 : 54.5 g<br>炭水化物 : 245.7 g<br>塩分 : 7.5 g           | ◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1559 kcal<br>蛋白質 : 68.3 g<br>脂質 : 35.5 g<br>炭水化物 : 233.7 g<br>塩分 : 6.9 g           | ◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1620 kcal<br>蛋白質 : 61.5 g<br>脂質 : 54.2 g<br>炭水化物 : 209.4 g<br>塩分 : 8.3 g           | ◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1650 kcal<br>蛋白質 : 70.9 g<br>脂質 : 41.0 g<br>炭水化物 : 243.2 g<br>塩分 : 8.5 g           | ◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1536 kcal<br>蛋白質 : 78.1 g<br>脂質 : 31.5 g<br>炭水化物 : 224.8 g<br>塩分 : 6.7 g           | ◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1919 kcal<br>蛋白質 : 72.2 g<br>脂質 : 56.7 g<br>炭水化物 : 263.5 g<br>塩分 : 9.0 g           | ◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1710 kcal<br>蛋白質 : 65.8 g<br>脂質 : 42.6 g<br>炭水化物 : 257.2 g<br>塩分 : 7.9 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7年 8月

[モナトリエ]

|     | 10(日)                                                                                                                                                                                                  | 11(月)                                                                                                                                                                                                    | 12(火)                                                                                                                                                                                                  | 13(水)                                                                                                                                                                                                  | 14(木)                                                                                                                                                                                                  | 15(金)                                                                                                                                                                                                  | 16(土)                                                                                                                                                                                                  |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 朝食  | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>卵の花<br>魚の香草焼き<br>漬けもの                                                                                                                                                              | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>卵豆腐<br>春雨の和風和え<br>ふりかけ                                                                                                                                                               | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>魚の塩焼き<br>焼きなす<br>漬けもの                                                                                                                                                              | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>魚の醤油焼き<br>チンゲン菜の卵炒め<br>漬けもの                                                                                                                                                        | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>ミートボール<br>かニ風味和え<br>味付けのり                                                                                                                                                          | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>冷奴<br>チンゲン菜のソテー<br>漬けもの                                                                                                                                                            | ◎和食<br>御飯<br>味噌汁<br>ピーナッツ和え<br>ウインナーと玉葱ソテー<br>漬物                                                                                                                                                       |
|     | ◎洋食<br>パン<br>フライドポテト<br>キャベツのゴマドレッシング和え<br>ジュース                                                                                                                                                        | ◎洋食<br>パン<br>春雨のサラダ<br>ベーコン<br>スープ                                                                                                                                                                       | ◎洋食<br>パン<br>ポテトサラダ<br>キャベツとツナのソテー<br>スープ                                                                                                                                                              | ◎洋食<br>パン<br>ペビーハム<br>チンゲン菜の卵炒め<br>スープ                                                                                                                                                                 | ◎洋食<br>パン<br>ミートボール<br>かニ風味サラダ<br>ジュース                                                                                                                                                                 | ◎洋食<br>パン<br>チンゲン菜のソテー<br>マカロニサラダ<br>スープ                                                                                                                                                               | ◎洋食<br>パン<br>しろ菜のサラダ<br>ウインナーと玉葱ソテー<br>スープ                                                                                                                                                             |
| 昼食  | 御飯<br>魚の煮付け<br>南瓜サラダ<br>レバー甘辛煮<br>味噌汁<br>フルーツ                                                                                                                                                          | おにぎり<br>冷やしうどん<br>牛肉とごぼうの炒め煮<br>フルーツ                                                                                                                                                                     | 御飯<br>焼き餃子<br>春雨のサラダ<br>中華スープ<br>フルーツ杏仁                                                                                                                                                                | 御飯<br>ポークチャップ<br>ササミのサラダ<br>煮物(兼六)<br>清汁<br>フルーツ                                                                                                                                                       | ビーフカレー<br>シーザーサラダ<br>レタスのスープ<br>フルーツヨーグルト<br>漬物                                                                                                                                                        | 御飯<br>白身魚の磯天ぷら<br>ポテトサラダ<br>ひじきの煮付け<br>清汁<br>漬け物                                                                                                                                                       | 御飯<br>豚肉の野菜あんかけ<br>えびとコーンのオイスターソース炒め<br>キャロットサラダ<br>清汁<br>漬け物                                                                                                                                          |
| 昼間食 | ゼリー                                                                                                                                                                                                    | 水ようかん                                                                                                                                                                                                    | しっとり饅頭                                                                                                                                                                                                 | 今川焼き                                                                                                                                                                                                   | 黒棒                                                                                                                                                                                                     | ゼリー                                                                                                                                                                                                    | ミルクくずもち                                                                                                                                                                                                |
| 夕食  | 御飯<br>五目つくね焼き<br>白菜とちくわの煮浸し<br>ふだん草の和えもの<br>清汁<br>飲むヨーグルト                                                                                                                                              | 御飯<br>魚の甘酢あんかけ<br>野菜の炒め物<br>山クラゲのごま和え<br>味噌汁<br>飲むヨーグルト                                                                                                                                                  | 御飯<br>牛肉の生姜焼き<br>ひじきと大豆の炒め煮<br>イカのゴマ酢和え<br>味噌汁<br>飲むヨーグルト                                                                                                                                              | 御飯<br>魚の当座煮<br>いり豆腐<br>エビサラダ<br>味噌汁<br>飲むヨーグルト                                                                                                                                                         | 御飯<br>千草焼き<br>糸こんにゃくの金平<br>ホーレン草のサラダ<br>味噌汁<br>飲むヨーグルト                                                                                                                                                 | 御飯<br>鶏肉のピザチーズ焼き<br>冬瓜の白煮<br>かまぼこの梅和え<br>コンソメスープ<br>飲むヨーグルト                                                                                                                                            | 御飯<br>魚のたらこソースかけ<br>ふだん草の香味和え<br>ニラ玉<br>味噌汁<br>飲むヨーグルト                                                                                                                                                 |
| 成分値 | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1854 kcal<br>蛋白質 : 79.4 g<br>脂質 : 50.3 g<br>炭水化物 : 242.4 g<br>塩分 : 7.3 g<br>◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1766 kcal<br>蛋白質 : 73.7 g<br>脂質 : 52.6 g<br>炭水化物 : 230.2 g<br>塩分 : 6.8 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1665 kcal<br>蛋白質 : 52.6 g<br>脂質 : 31.5 g<br>炭水化物 : 274.3 g<br>塩分 : 10.0 g<br>◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1606 kcal<br>蛋白質 : 52.5 g<br>脂質 : 37.1 g<br>炭水化物 : 254.5 g<br>塩分 : 11.5 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1623 kcal<br>蛋白質 : 60.8 g<br>脂質 : 35.2 g<br>炭水化物 : 256.9 g<br>塩分 : 6.9 g<br>◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1617 kcal<br>蛋白質 : 57.7 g<br>脂質 : 40.0 g<br>炭水化物 : 248.3 g<br>塩分 : 7.8 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1681 kcal<br>蛋白質 : 77.5 g<br>脂質 : 34.1 g<br>炭水化物 : 248.3 g<br>塩分 : 7.7 g<br>◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1565 kcal<br>蛋白質 : 75.8 g<br>脂質 : 34.5 g<br>炭水化物 : 228.9 g<br>塩分 : 8.3 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1607 kcal<br>蛋白質 : 57.4 g<br>脂質 : 27.9 g<br>炭水化物 : 267.3 g<br>塩分 : 6.9 g<br>◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1576 kcal<br>蛋白質 : 56.4 g<br>脂質 : 29.3 g<br>炭水化物 : 265.7 g<br>塩分 : 6.8 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1623 kcal<br>蛋白質 : 57.8 g<br>脂質 : 29.4 g<br>炭水化物 : 238.3 g<br>塩分 : 7.9 g<br>◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1633 kcal<br>蛋白質 : 56.9 g<br>脂質 : 38.5 g<br>炭水化物 : 214.8 g<br>塩分 : 8.4 g | <一日合計><br>◎選択メニュー1<br>エネルギー : 1736 kcal<br>蛋白質 : 67.4 g<br>脂質 : 45.8 g<br>炭水化物 : 245.6 g<br>塩分 : 8.1 g<br>◎選択メニュー2<br>エネルギー : 1737 kcal<br>蛋白質 : 68.7 g<br>脂質 : 52.0 g<br>炭水化物 : 238.2 g<br>塩分 : 9.1 g |

\*都合により献立を変更することがあります。