

施設長	施設栄養士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和8年 6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 魚のみりん焼き 白菜の香味和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 スクランブルエッグ 煮物(カントキ) 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ホーレン草お浸し 魚の塩焼 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 卵の花 キャベツとかまぼこの胡麻和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 煮魚 胡瓜の和風和え ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 蓮根と豚肉の金平 春雨の和えもの 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ミートボール かニ風味和え 味付けのり
	◎洋食 パン 落とし焼き 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 ホーレン草おかかサラダ 落とし焼き 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 ヤクルト	◎洋食 パン 胡瓜のサラダ ソーセージソテー スープ	◎洋食 パン ウインナー 春雨のサラダ スープ	◎洋食 パン ミートボール かニ風味サラダ スープ
昼食	御飯 豚肉のレモン焼き 大根のマヨ和え ひじきの煮付け 清汁 漬けもの	おにぎり みそラーメン 餃子 フルーツ	御飯 鶏モモ照焼チーズ ポテトとそら豆のサラダ 冷奴 味噌汁 漬物	御飯 魚のガーリックベツパーオイル 春雨のマヨネーズ和え ワカメスープ 漬けもの	御飯 鶏肉ハーフキューソース焼き 茶そばサラダ スープ フルーツ	御飯 白身魚の唐揚げ ハムとブロッコリーのサラダ じゃがいものキムチ煮 清汁 漬けもの	パン スパゲティミートソース ツナサラダ コンソメスープ フルーツ
昼間食	水ようかん	ゼリー	今川焼き	しっとり饅頭	丸ボーロ	ミニパンケーキ	ドーナツ
夕食	御飯 白身魚フライタルソースかけ じゃが芋のコーンバター炒め いかサラダ コンソメスープ 飲むヨーグルト	御飯 蒸し鶏のごまだれかけ 角天と大豆の煮付け 小松菜のお浸し 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の味噌焼き なすの生姜和え 含煮(高野豆腐) 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉としめじソテーのせ もずく酢 冬瓜の枝豆あんかけ 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の梅煮 大根煮物 しそ風味和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 マーボー豆腐 チンゲン菜の卵とじ わさび酢和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 煮魚 キャベツの甘酢和え 厚揚げと椎茸のソテー 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 : 1820 kcal 蛋白質 : 64.7 g 脂質 : 58.0 g 炭水化物 : 246.4 g 塩分 : 5.4 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1768 kcal 蛋白質 : 64.8 g 脂質 : 64.8 g 炭水化物 : 224.6 g 塩分 : 5.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1642 kcal 蛋白質 : 66.2 g 脂質 : 22.6 g 炭水化物 : 276.0 g 塩分 : 5.9 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1579 kcal 蛋白質 : 63.4 g 脂質 : 24.8 g 炭水化物 : 253.1 g 塩分 : 6.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1661 kcal 蛋白質 : 66.4 g 脂質 : 41.3 g 炭水化物 : 234.0 g 塩分 : 6.9 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1649 kcal 蛋白質 : 67.6 g 脂質 : 46.1 g 炭水化物 : 229.2 g 塩分 : 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1423 kcal 蛋白質 : 53.2 g 脂質 : 31.6 g 炭水化物 : 222.4 g 塩分 : 8.4 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1377 kcal 蛋白質 : 52.1 g 脂質 : 34.5 g 炭水化物 : 214.3 g 塩分 : 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1456 kcal 蛋白質 : 57.4 g 脂質 : 20.7 g 炭水化物 : 245.9 g 塩分 : 5.8 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1343 kcal 蛋白質 : 53.6 g 脂質 : 21.4 g 炭水化物 : 228.2 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1731 kcal 蛋白質 : 64.7 g 脂質 : 41.3 g 炭水化物 : 260.9 g 塩分 : 6.4 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1798 kcal 蛋白質 : 65.9 g 脂質 : 57.3 g 炭水化物 : 245.8 g 塩分 : 7.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1783 kcal 蛋白質 : 66.6 g 脂質 : 47.2 g 炭水化物 : 251.4 g 塩分 : 6.5 g ◎選択メニュー2 エネルギー : 1683 kcal 蛋白質 : 65.5 g 脂質 : 48.6 g 炭水化物 : 232.6 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。

施設長	施設栄養士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和8年 6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 魚のバジル焼き ベビーハムソテー 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 チンゲン菜のソテー 漬けもの	◎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 キャベツと鶏肉の和え物 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 高菜の油炒め 魚の白醤油焼き 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
	◎洋食 チーズトースト ベビーハムソテー マカロニサラダ 牛乳	◎洋食 パン チンゲン菜のソテー スパサラダ スープ	◎洋食 パン ポイルウインナー ジャーマンポテト風 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 鶏肉とリーフサラダ スープ	◎洋食 パン スクランブルエッグ サツマイモサラダ 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
昼食	御飯 鯖の塩焼き ゴーヤの卵とじ キャベツのマヨ和え 清汁 漬けもの	梅しらす丼 しらたきの金平 味噌汁 フルーツ	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 粕汁 漬け物	御飯 魚の南部焼き 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 南瓜含煮 冷奴 西京汁 茶碗蒸し 漬けもの
昼間食	黒棒	ドーナツ	ゼリー	クリームコンフェ	プリン	どら焼き	バウムクーヘン
夕食	御飯 松風焼き 切干し大根煮付 ホーレン草お浸し おぼろ汁 飲むヨーグルト	御飯 カレー風味焼き ひじきの煮付け カリフラワーのゆかり和え 味噌汁 飲むヨーグルト	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 ビーフシチュー 厚揚げの炒め煮 ドレッシング和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の煮付 シューマイ 生酢 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の照煮 春雨の中華和え しる菜のそぼろ煮 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 : 1689 kcal 蛋白質 : 77.5 g 脂質 : 42.8 g 炭水化物 : 228.1 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1511 kcal 蛋白質 : 51.1 g 脂質 : 28.4 g 炭水化物 : 261.1 g 塩分 : 8.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1618 kcal 蛋白質 : 59.8 g 脂質 : 34.4 g 炭水化物 : 250.0 g 塩分 : 6.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1622 kcal 蛋白質 : 83.4 g 脂質 : 31.3 g 炭水化物 : 238.2 g 塩分 : 7.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1589 kcal 蛋白質 : 64.3 g 脂質 : 31.4 g 炭水化物 : 243.6 g 塩分 : 6.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1658 kcal 蛋白質 : 64.9 g 脂質 : 25.4 g 炭水化物 : 276.3 g 塩分 : 8.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1683 kcal 蛋白質 : 71.6 g 脂質 : 41.6 g 炭水化物 : 234.6 g 塩分 : 8.0 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1735 kcal 蛋白質 : 85.4 g 脂質 : 57.0 g 炭水化物 : 210.6 g 塩分 : 7.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1573 kcal 蛋白質 : 50.4 g 脂質 : 31.5 g 炭水化物 : 238.1 g 塩分 : 8.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1667 kcal 蛋白質 : 59.6 g 脂質 : 46.5 g 炭水化物 : 245.7 g 塩分 : 9.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1532 kcal 蛋白質 : 84.2 g 脂質 : 35.2 g 炭水化物 : 215.4 g 塩分 : 7.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1451 kcal 蛋白質 : 63.3 g 脂質 : 29.5 g 炭水化物 : 222.1 g 塩分 : 5.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1715 kcal 蛋白質 : 65.8 g 脂質 : 31.9 g 炭水化物 : 282.5 g 塩分 : 8.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1690 kcal 蛋白質 : 75.2 g 脂質 : 47.2 g 炭水化物 : 228.5 g 塩分 : 7.4 g

*都合により献立を変更することがあります。