

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]

	21(日)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 たけのこの金平 魚のピーナツ風味焼き ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 青菜のごま和え 南瓜含煮 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 白和え 魚の香草焼き 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 ねばねば野菜の和え物 魚のバジルオイル焼き 佃煮	◎和食 御飯 味噌汁 小松菜とウインナーの炒め物 生酢 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 蓮根の金平 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ウインナーと野菜炒め ホーレン草お浸し 煮豆
	◎洋食 パン ベーコン グリーンサラダ スープ	◎洋食 ロールパン スパゲティーサラダ ウインナー炒め スープ	◎洋食 パン 魚肉ソーセージとブロッコリー炒め グリーンサラダ ヤクルト	◎洋食 パン ねばねば野菜サラダ ベーコンとえのきのソテー 牛乳	◎洋食 パン 小松菜とウインナーの炒め物 イモサラダ コンソメスープ	◎洋食 パン ベビーハムソテー 蓮根のサラダ スープ	◎洋食 パン ウインナー スクランブルエッグ スープ
昼食	ハヤシライス コロコロポテトサラダ フルーツ	御飯 牛肉の中華焼き肉 グリーンサラダ ひじきの煮付け 中華スープ 漬けもの	御飯 白身魚の紫蘇オイル焼き ごぼうの煮付け 味噌汁 ヨーグルトフルーツ	御飯 チキンカツ 花野菜の香りと和え かまぼことツナのソテー コーンクリームスープ 漬けもの	御飯 魚のみそ焼き 胡瓜明太子ドレッシング和え 清汁 漬けもの	麦ご飯 豚肉としめじの炒め物 厚揚げのそぼろ煮 とろろ 赤だし 漬けもの	御飯 魚の紅生姜天ぷら おきゅうとのゆずみそ和え 茄子の生姜煮 中華スープ 漬けもの
昼間食	ミルクくずもち	ゼリー	メロンムース	丸ボーロ	ドーナツ	クレープ	どら焼き
夕食	御飯 八宝菜 ゴーヤの中華炒め 華風和え(キャベツ) 清汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の煮付 鶏肉の酢の物 ニラ玉 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の塩ダレかけ ホーレン草煮浸し もやしのごま和え 中華スープ 飲むヨーグルト	御飯 煮魚 白菜のしそ昆布和え 五目豆煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 ハンバーグ じゃが芋の高菜炒め ワカメのサラダ トマトのスープ 飲むヨーグルト	御飯 和風ピカタ 白滝の炒め煮 ひじきのサラダ 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉の煮物 アスパラの炒め物 イカの酢味噌和え 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 : 1751 kcal 蛋白質 : 66.7 g 脂質 : 41.9 g 炭水化物 : 266.4 g 塩分 : 6.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1831 kcal 蛋白質 : 57.0 g 脂質 : 59.5 g 炭水化物 : 242.8 g 塩分 : 8.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1561 kcal 蛋白質 : 66.0 g 脂質 : 29.8 g 炭水化物 : 239.0 g 塩分 : 5.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1715 kcal 蛋白質 : 70.3 g 脂質 : 43.1 g 炭水化物 : 252.5 g 塩分 : 7.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1650 kcal 蛋白質 : 68.6 g 脂質 : 37.9 g 炭水化物 : 250.2 g 塩分 : 5.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1726 kcal 蛋白質 : 70.9 g 脂質 : 42.6 g 炭水化物 : 252.9 g 塩分 : 7.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1767 kcal 蛋白質 : 62.2 g 脂質 : 37.6 g 炭水化物 : 272.5 g 塩分 : 6.2 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1666 kcal 蛋白質 : 63.4 g 脂質 : 47.2 g 炭水化物 : 242.5 g 塩分 : 7.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1764 kcal 蛋白質 : 58.2 g 脂質 : 71.1 g 炭水化物 : 207.4 g 塩分 : 8.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1412 kcal 蛋白質 : 55.5 g 脂質 : 28.4 g 炭水化物 : 225.5 g 塩分 : 5.2 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1718 kcal 蛋白質 : 70.0 g 脂質 : 56.6 g 炭水化物 : 229.5 g 塩分 : 7.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1602 kcal 蛋白質 : 68.8 g 脂質 : 39.4 g 炭水化物 : 237.0 g 塩分 : 6.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1687 kcal 蛋白質 : 71.8 g 脂質 : 46.7 g 炭水化物 : 241.1 g 塩分 : 8.7 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1642 kcal 蛋白質 : 62.1 g 脂質 : 44.2 g 炭水化物 : 234.4 g 塩分 : 7.1 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28日(日)~7月4日(土)

[モナトリエ]

	6/28(日)	29(月)	30(火)	7/1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 煮魚 人参とツナの和えもの 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 舞茸とウインナーのバター炒め ふだんそうのお浸し 練物	◎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 胡瓜の和えもの 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 青菜と竹輪の和えもの 含煮(高野豆腐) 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
	◎洋食 パン フライドポテト 人参とツナの和えもの スープ	◎洋食 パン ベビーリーフ和風サラダ 舞茸とウインナーのバター炒め スープ	◎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 胡瓜のサラダ スープ	◎洋食 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 目玉焼き グリーンサラダ スープ
昼食	白おにぎり 冷麺 春巻き フルーツ	御飯 魚の野菜あん 里芋のみそ煮 もやしのゴマ和え けんちん汁 漬け物	御飯 鶏肉のゆかり天ぷら イカのゴマ酢和え おぼろ汁 漬けもの	赤飯 魚のおろし煮 春雨の炒め物 ぜんまいの和え物 味噌汁 漬けもの	焼き鳥丼 ポテトサラダ 清汁 フルーツ	御飯 鶏肉の塩レモン風味蒸し 山クラゲの炒り煮 味噌汁 フルーツ	御飯 豚肉とカリフラワーのバジル風 白菜の胡麻和え 煮物(カンモトキ) 味噌汁 漬けもの
昼間食	しっとり饅頭	杏仁フルーツ	カスタードケーキ	イチゴクレープ	ゼリー	黒棒	今川焼き
夕食	御飯 豚肉と野菜の卵炒め ムキエビの酢の物 竹輪の炒め煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉の黒酢あん 枝豆スパサラダ レパールの生姜煮 卵とワカメの中華スープ 飲むヨーグルト	御飯 魚の煮付け 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
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1736 kcal 蛋白質 : 65.1 g 脂質 : 43.8 g 炭水化物 : 256.1 g 塩分 : 8.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1866 kcal 蛋白質 : 86.3 g 脂質 : 53.3 g 炭水化物 : 243.2 g 塩分 : 6.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1513 kcal 蛋白質 : 67.4 g 脂質 : 32.5 g 炭水化物 : 227.6 g 塩分 : 7.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1927 kcal 蛋白質 : 64.0 g 脂質 : 66.6 g 炭水化物 : 255.7 g 塩分 : 7.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1664 kcal 蛋白質 : 65.5 g 脂質 : 38.6 g 炭水化物 : 256.4 g 塩分 : 5.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1586 kcal 蛋白質 : 59.1 g 脂質 : 43.9 g 炭水化物 : 229.1 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1507 kcal 蛋白質 : 68.3 g 脂質 : 23.6 g 炭水化物 : 239.9 g 塩分 : 7.0 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1654 kcal 蛋白質 : 60.2 g 脂質 : 45.7 g 炭水化物 : 238.2 g 塩分 : 8.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1798 kcal 蛋白質 : 86.1 g 脂質 : 56.6 g 炭水化物 : 221.6 g 塩分 : 7.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1497 kcal 蛋白質 : 63.1 g 脂質 : 42.1 g 炭水化物 : 207.3 g 塩分 : 7.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1851 kcal 蛋白質 : 61.6 g 脂質 : 69.3 g 炭水化物 : 234.9 g 塩分 : 7.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1595 kcal 蛋白質 : 65.2 g 脂質 : 41.4 g 炭水化物 : 235.2 g 塩分 : 5.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1553 kcal 蛋白質 : 60.5 g 脂質 : 53.5 g 炭水化物 : 197.4 g 塩分 : 8.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1436 kcal 蛋白質 : 68.7 g 脂質 : 28.6 g 炭水化物 : 212.7 g 塩分 : 6.3 g

\*都合により献立を変更することがあります。