

施設長	施設栄養士	委託責任者

献立一覧表

令和8年 7月

[モナトリエ]

	19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 インゲンのおかか和え さばの塩焼 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 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 ホーレン草お浸し ふりかけ	◎和食 御飯 味噌汁 茄子のシソ和え 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 漬物
	◎洋食 パン ベーコン インゲンのマヨサラダ スープ	◎洋食 パン カリフラワーとベーコンソテー トマトサラダ スープ	◎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 プレーンオムレツ 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 ポテトサラダ スクラブルエッグ コンク
昼食	ひじきおにぎり かわらそば シューマイ フルーツ	彩ちりめんご飯 揚げだし豆腐 鶏しんじょう エビサラダ 清汁 茶碗蒸し 漬けもの	御飯 鯖の若狭焼き たらもサラダ コンソメスープ フルーツヨーグルト	御飯 とり天黒酢あんかけ ドレッシング和え しらたきの煮物 赤だし 漬けもの	御飯 魚のバジルソース ホーレン草の和え物 味噌汁 漬けもの	御飯 豚肉の磯辺焼き かにかまの胡麻和え ベビーハムとアスパラソテー かき玉汁 漬けもの	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
昼間食	シュークリーム	ロールケーキ	たい焼き	クリームコンフェ	黒棒	今川焼き	チョコパイ
夕食	御飯 鶏肉の竜田焼き 枝豆のサラダ 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	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 千草焼き 冷奴「刻み野菜のせ」 ゴーヤ炒め 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉のごまソースかけ 南瓜含煮 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 中華炒め 清汁 飲むヨーグルト	御飯 牛肉の塩だれ焼き なすの含煮 青菜と竹輪の和え物 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 : 1872 kcal 蛋白質 : 73.2 g 脂質 : 56.2 g 炭水化物 : 255.0 g 塩分 : 7.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1694 kcal 蛋白質 : 70.7 g 脂質 : 39.8 g 炭水化物 : 255.1 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1708 kcal 蛋白質 : 62.9 g 脂質 : 38.4 g 炭水化物 : 264.8 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1712 kcal 蛋白質 : 62.4 g 脂質 : 50.6 g 炭水化物 : 245.7 g 塩分 : 7.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1425 kcal 蛋白質 : 59.0 g 脂質 : 26.2 g 炭水化物 : 225.3 g 塩分 : 6.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1765 kcal 蛋白質 : 68.5 g 脂質 : 45.0 g 炭水化物 : 256.9 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1671 kcal 蛋白質 : 68.6 g 脂質 : 35.6 g 炭水化物 : 254.7 g 塩分 : 7.7 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1895 kcal 蛋白質 : 69.8 g 脂質 : 65.3 g 炭水化物 : 246.0 g 塩分 : 8.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1557 kcal 蛋白質 : 63.4 g 脂質 : 38.0 g 炭水化物 : 237.4 g 塩分 : 8.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1696 kcal 蛋白質 : 65.1 g 脂質 : 44.7 g 炭水化物 : 247.6 g 塩分 : 6.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1638 kcal 蛋白質 : 58.9 g 脂質 : 54.2 g 炭水化物 : 223.2 g 塩分 : 6.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1448 kcal 蛋白質 : 61.3 g 脂質 : 38.6 g 炭水化物 : 202.4 g 塩分 : 5.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1650 kcal 蛋白質 : 65.4 g 脂質 : 46.6 g 炭水化物 : 236.1 g 塩分 : 9.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1678 kcal 蛋白質 : 71.5 g 脂質 : 47.9 g 炭水化物 : 228.9 g 塩分 : 7.3 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 7月26日(日)～8月1日(土)

[モナトリエ]

	7/26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	8/1(土)
朝 食	◎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	◎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 煮魚 大根の和え物 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 厚焼き卵 いんげんの土佐和え 漬物
	◎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	◎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 豚肉と玉葱ソテー 牛乳	◎洋食 パン パプリカとウィンナーソテー 大根とレタスのサラダ スープ	◎洋食 パン マカロニサラダ いんげんのソテー スープ
昼 食	鰻井 五色生酢 清汁 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	御飯 豚肉の生姜焼き ぜんまいのナムル 豆乳味噌汁 漬けもの	御飯 鶏肉のカレー焼き イカのごま酢和え もやしとあさりの炒め 味噌汁 漬け物	御飯 魚の紅ショウガ天ぷら カニサラダ ひじきの煮付け 清汁 漬け物	御飯 ビーフシチュー かに玉オムレツ風 コンソメスープ フルーツ	赤飯 魚の香草焼き じゃが芋のコンソメ煮 梅風味清汁 漬け物
昼 間 食	ワッフル	どら焼き	バウムクーヘン	フルーツあんみつ	ドーナツ	カステラ	ゼリー
夕 食	麦御飯 豚肉のソテー 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	御飯 魚のピーナツ焼き 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 エビと野菜のソテー 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 南瓜のソテー スパサ 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の磯辺揚げ もずく酢 蓮根の金平 のっぺい汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉の塩昆布炒め 竹輪の金平 ピーナツ和え 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 : 1706 kcal 蛋白質 : 80.7 g 脂質 : 38.4 g 炭水化物 : 236.8 g 塩分 : 6.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1760 kcal 蛋白質 : 66.6 g 脂質 : 39.0 g 炭水化物 : 265.0 g 塩分 : 6.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1507 kcal 蛋白質 : 67.5 g 脂質 : 31.6 g 炭水化物 : 222.7 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1553 kcal 蛋白質 : 69.5 g 脂質 : 32.0 g 炭水化物 : 232.3 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1859 kcal 蛋白質 : 67.7 g 脂質 : 47.9 g 炭水化物 : 274.9 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1796 kcal 蛋白質 : 66.8 g 脂質 : 36.0 g 炭水化物 : 285.5 g 塩分 : 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1576 kcal 蛋白質 : 73.5 g 脂質 : 22.2 g 炭水化物 : 257.3 g 塩分 : 7.6 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1592 kcal 蛋白質 : 77.1 g 脂質 : 38.6 g 炭水化物 : 220.6 g 塩分 : 6.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1696 kcal 蛋白質 : 64.4 g 脂質 : 39.5 g 炭水化物 : 259.0 g 塩分 : 6.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1619 kcal 蛋白質 : 72.1 g 脂質 : 45.7 g 炭水化物 : 205.9 g 塩分 : 7.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1602 kcal 蛋白質 : 73.0 g 脂質 : 41.2 g 炭水化物 : 228.4 g 塩分 : 9.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1761 kcal 蛋白質 : 70.2 g 脂質 : 52.6 g 炭水化物 : 249.1 g 塩分 : 7.5 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1708 kcal 蛋白質 : 62.5 g 脂質 : 41.5 g 炭水化物 : 264.9 g 塩分 : 8.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1481 kcal 蛋白質 : 68.2 g 脂質 : 24.5 g 炭水化物 : 240.6 g 塩分 : 7.7 g

*都合により献立を変更することがあります。