



献立予定表



ぴあはーと
市が尾

| | 9月1日 月曜日 | 9月2日 火曜日 | 9月3日 水曜日 | 9月4日 木曜日 | 9月5日 金曜日 | 9月6日 土曜日 | 9月7日 日曜日 |
|-----|--|---|---|--|---|--|---|
| 朝食 | 豆腐のそぼろあん掛け コーンサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 目玉焼き アスパラのピーナツ あえ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 海老つみれの煮物 小松菜の土佐和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | じゃが芋入り玉子焼き レタスとツナの和え物 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | ウインナーソテー オクラの梅肉あえ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | だし巻き卵 マカロニサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 肉じゃが ほうれん草のお浸し 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 |
| 朝洋食 | 豆腐のチーズ焼き コーンサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | 目玉焼き アスパラのサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | 海老つみれのコンソメ煮 小松菜のドレッシング グかけ ジャム パン スープ 牛乳 | アンサンブルエッグ ツナサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | ウインナーソテー オクラのサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | イタリアンオムレツ マカロニサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | 洋風肉じゃが ほうれん草のサラダ ジャム パン ポタージュ 牛乳 |
| 昼食 | オムライス ナゲット シーフードサラダ スープ 果物  | 蒸し鶏香味ソースかけ 南瓜の煮物 いんげんゴマ和え ご飯 すまし汁 果物  | ピザ風ハンバーグ さつま芋のレモン煮 コールスローサラダ ご飯 スープ 果物  | きつねそば 里芋のそぼろあん 青菜の辛し和え 果物  | トンカツ はんぺんの磯部焼き しらすの酢の物 ご飯 味噌汁 果物  | 鯖のマスタードソース焼き スナップエンドウのソテー 野菜サラダ ご飯 スープ 果物  | 海老と野菜のかき揚げ 茶碗蒸し 茸のお浸し ご飯 すまし汁 果物  |
| おやつ | シフォンケーキ | カスタードケーキ | クレープ | チョコババロア | 薄皮まんじゅう | カステラ | シュークリーム |
| 夕食 | 赤魚の煮付け 切干大根の炒め物 焼き茄子 ご飯 味噌汁 | メバルの酒蒸し レンコン金平 胡瓜とカニカマの酢の物 ご飯 味噌汁 | 八宝菜 カニシューマイ もやしのナムル ご飯 中華スープ | バーベキューチキン カリフラワーのフリッター アボカドサラダ ご飯 スープ | 白身魚の南部焼き ごぼうの土佐煮 小松菜のお浸し ご飯 すまし汁 | 鶏肉と大根の煮物 焼きビーフン キャベツの胡麻酢和え ご飯 味噌汁 | 黄金カレイの生姜煮 五目豆 三色野菜のしそ和え ご飯 味噌汁 |
| | エネルギー:1611kcal 食塩相当量:8.6g | エネルギー:1638kcal 食塩相当量:8.3g | エネルギー:1627kcal 食塩相当量:8.8g | エネルギー:1576kcal 食塩相当量:8.8g | エネルギー:1616kcal 食塩相当量:8.9g | エネルギー:1635kcal 食塩相当量:8.8g | エネルギー:1707kcal 食塩相当量:8.3g |

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承願います。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承願います。



献立予定表



ぴあはーと
市が尾

| | 9月8日 月曜日 | 9月9日 火曜日 | 9月10日 水曜日 | 9月11日 木曜日 | 9月12日 金曜日 | 9月13日 土曜日 | 9月14日 日曜日 |
|-----|--|---|--|---|---|---|---|
| 朝食 | 炒り玉子 水菜と玉ねぎの和え物 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | イカつみれの炊合せ アスパラのゴママヨ 和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 巣ごもり玉子 胡瓜のゆかり和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | あさりと大根の煮物 かぼちゃサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 厚焼き玉子 ごぼうとツナのサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 和風ロールキャベツ 春雨サラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | オムレツ おさつサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 |
| 朝洋食 | スクランブルエッグ オニオンサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | イカつみれのコンソメ煮 アスパラのゴママヨ 和え ジャム パン ポタージュ 牛乳 | ポーチドエッグ もやしのサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | クラムチャウダー かぼちゃサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | チーズ入りスクランブルエッグ ごぼうとツナのサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | ロールキャベツ 春雨サラダ ジャム パン ポタージュ 牛乳 | オムレツ おさつサラダ ジャム サンドイッチ スープ 牛乳 |
| 昼食 | ちらし寿司 高野豆腐の炊合せ ほうれん草のなめ茸がけ すまし汁 果物  | 鶏肉の甘酢炒め 揚げ茄子 オクラのおろし和え ご飯 味噌汁 果物  | 鱈のちり蒸し 冬瓜のカニあんかけ 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 果物  | 五目うどん 竹輪の天ぷら 浅漬け風 果物  | 白身魚のクリーム煮 ブロッコリーとベーコンのソテー トマトサラダ ご飯 スープ 果物  | 牛肉と野菜の味噌煮 じゃが芋のカレー炒め からし菜のお浸し ご飯 すまし汁 果物  | 鮭の塩麹焼き さつま揚げの煮物 青菜のピーナッツ和え ご飯 味噌汁 果物  |
| おやつ | 杏仁豆腐 | 黒糖まんじゅう | クレープ | チョコケーキ | コーヒーゼリー | たい焼き | ドーナツ |
| 夕食 | 豚肉の細切り炒め じゃが芋の甘辛煮 キャベツの塩昆布和え ご飯 味噌汁 | 赤魚のグリルバジルソース 小松菜とエリンギのソテー れんこんサラダ ご飯 スープ | 牛焼肉 じゃが芋の金平 じゃこの酢の物 ご飯 すまし汁 | 鱸の野菜あんかけ ひじきの炒り煮 キャベツのお浸し ご飯 味噌汁 | 鶏唐揚げレモンソース カニシューマイ もやしのナムル ご飯 中華スープ | 鱈の柚庵焼き こんにゃくのピリ辛煮 二色なます ご飯 味噌汁 | デミグラスハンバーグ アスパラのガーリック炒め コールスローサラダ ご飯 スープ |
| | エネルギー:1620kcal 食塩相当量:3.3g | エネルギー:1688kcal 食塩相当量:3.4g | エネルギー:1667kcal 食塩相当量:3.2g | エネルギー:1667kcal 食塩相当量:3.4g | エネルギー:1669kcal 食塩相当量:3.5g | エネルギー:1703kcal 食塩相当量:3.1g | エネルギー:1671kcal 食塩相当量:3.4g |

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承願います。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承願います。



献立予定表



ぴあはーと
市が尾

| | 9月15日 月曜日 | 9月16日 火曜日 | 9月17日 水曜日 | 9月18日 木曜日 | 9月19日 金曜日 | 9月20日 土曜日 | 9月21日 日曜日 |
|-----|--|---|--|---|--|--|---|
| 朝食 | 筑前煮 小松菜とコーンの辛 子マヨ和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 目玉焼き 焼きナス 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 照り焼きハンバーグ 花野菜サラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 炒り玉子 ポテトサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | ウインナーと野菜の 旨煮 アスパラの辛子和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | ベーコンとじゃが芋 の玉子焼き グリーンサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 野菜つみれの炊合せ キャベツの塩昆布和 え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 |
| 朝洋食 | チキンのカレー煮 コーンサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | 目玉焼き 茄子のマリネ ジャム パン スープ 牛乳 | ミニハンバーグ 花野菜サラダ ジャム パン スープ 牛乳 | スクランブルエッグ ポテトサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | ウインナーポトフ アスパラのドレ和え ジャム パン ポタージュ 牛乳 | スパニッシュオムレ ツ グリーンサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | 野菜つみれのトマト 煮 コールスローサラダ ジャム パン ポタージュ 牛乳 |
| 昼食 | 敬老会 特別食 | カレイの煮付け 冬瓜のカニあんかけ いかときゅうりの梅 肉あえ ご飯 味噌汁 果物 | バースデー ランチ | 醤油ラーメン 焼き餃子 もやしのナムル 中華スープ 果物 | 鶏肉の柚子胡椒焼き さつま芋のレモン煮 ワカメと長ネギのぬ た ご飯 すまし汁 果物 | ぶり大根 春雨の炒め物 もやしの錦糸和え ご飯 すまし汁 果物 | 豚肉のおろしポン酢 ニラ玉 オクラの生姜和え ご飯 味噌汁 果物 |
| おやつ | オレンジケーキ | プリン | お誕生日ケーキ | いちごゼリー | 酒まんじゅう | 抹茶ババロア | チーズケーキ |
| 夕食 | メバルの粕漬け焼き 里芋の煮っころがし 青菜の磯和え ご飯 すまし汁 | 鶏肉の香草パン粉焼 き ベイクドポテト グリーンサラダ ご飯 スープ | 太刀魚のかば焼き風 切り昆布煮 ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 | 豚肉の生姜炒め ごぼうのおかか煮 インゲンのごま和え ご飯 味噌汁 | 白身魚のムニエル スナップエンドウの ソテー トマトサラダ ご飯 スープ | 牛肉のしぐれ煮 里芋の田楽みそ 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 | 鯖の塩焼き 五目煮豆 茄子と茗荷の和え物 ご飯 すまし汁 |
| | エネルギー:1628kcal 食塩相当量:9.0g | エネルギー:1616kcal 食塩相当量:8.6g | エネルギー:1586kcal 食塩相当量:9.0g | エネルギー:1703kcal 食塩相当量:8.3g | エネルギー:1576kcal 食塩相当量:8.8g | エネルギー:1655kcal 食塩相当量:8.8g | エネルギー:1721kcal 食塩相当量:9.0g |

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承願います。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承願います。



献立予定表



ぴあはーと
市が尾

| | 9月22日 月曜日 | 9月23日 火曜日 | 9月24日 水曜日 | 9月25日 木曜日 | 9月26日 金曜日 | 9月27日 土曜日 | 9月28日 日曜日 |
|-----|---|--|--|--|---|---|---|
| 朝和食 | 肉団子と野菜の旨煮 白菜のお浸し 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 巣ごもり玉子 おさつサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 豆腐ハンバーグ もやしの土佐和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | だし巻き玉子 青梗菜のお浸し 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 厚揚げの煮物 三色和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | 炒り玉子 アボカドサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | ウインナーと野菜の旨煮 マカロニサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 |
| 朝洋食 | 肉団子と野菜のコンソメ煮 彩り野菜のマリネ ジャム パン ポタージュ 牛乳 | ポーチドエッグ おさつサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | 豆腐ハンバーグ ハムと野菜のサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | チーズ炒り玉子焼き グリーンサラダ ジャム パン スープ 牛乳 | ポークビーンズ 彩野菜のマリネ ジャム パン スープ 牛乳 | スクランブルエッグ アボカドサラダ ジャム&マーガリン パン スープ 牛乳 | ウインナーポトフ マカロニサラダ サンドイッチ ポタージュ 牛乳 |
| 昼食 | チキンカレー ミモザサラダ 福神漬け スープ 果物  | 牛肉のトマト煮 茸のフラン ツナサラダ ご飯 スープ 果物  | 豚肉の山椒味噌焼き 冬瓜のくずあんかけ オクラの生姜和え ご飯 すまし汁 果物  | ナポリタン ブロッコリーとハムのグラタン 彩り野菜のマリネ スープ 果物  | 鶏肉の味噌炒め 車麩の含め煮 春雨の酢の物 ご飯 すまし汁 果物  | 鱈の煮付け 揚げ茄子 青菜のお浸し ご飯 すまし汁 果物  | 鶏肉のくわ焼き 高野豆腐の炊合せ オクラの塩昆布和え ご飯 味噌汁 果物  |
| おやつ | 人形焼き | バームクーヘン | レモンケーキ | いちごババロア | 黒糖まんじゅう | 季節の和菓子 | ようかん |
| 夕食 | 海老カツ ピーマンとじゃこの炒め物 青菜の磯和え ご飯 味噌汁 | 白身魚の野菜あんかけ 切干大根の煮物 水菜と油揚げの生姜和え ご飯 味噌汁 | 鮭の照り焼き 南瓜の利休煮 春菊の辛し和え ご飯 味噌汁 | 八宝菜 カニシューマイ アスパラのドレ和え ご飯 中華スープ | 鱈の梅ソースかけ 金平ごぼう いんげんのお浸し ご飯 味噌汁 | 豚肉のマスタード焼き ズッキーニとベーコンのソテー レタスとツナの和え物 ご飯 スープ | 鯖の味噌煮 じゃが芋の炒め煮 春菊の辛子和え ご飯 すまし汁 |
| | エネルギー:1686kcal 食塩相当量:9.2g | エネルギー:1605kcal 食塩相当量:8.8g | エネルギー:1654kcal 食塩相当量:8.2g | エネルギー:1688kcal 食塩相当量:9.0g | エネルギー:1676kcal 食塩相当量:8.5g | エネルギー:1703kcal 食塩相当量:9.2g | エネルギー:1681kcal 食塩相当量:8.2g |

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承願います。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承願います。

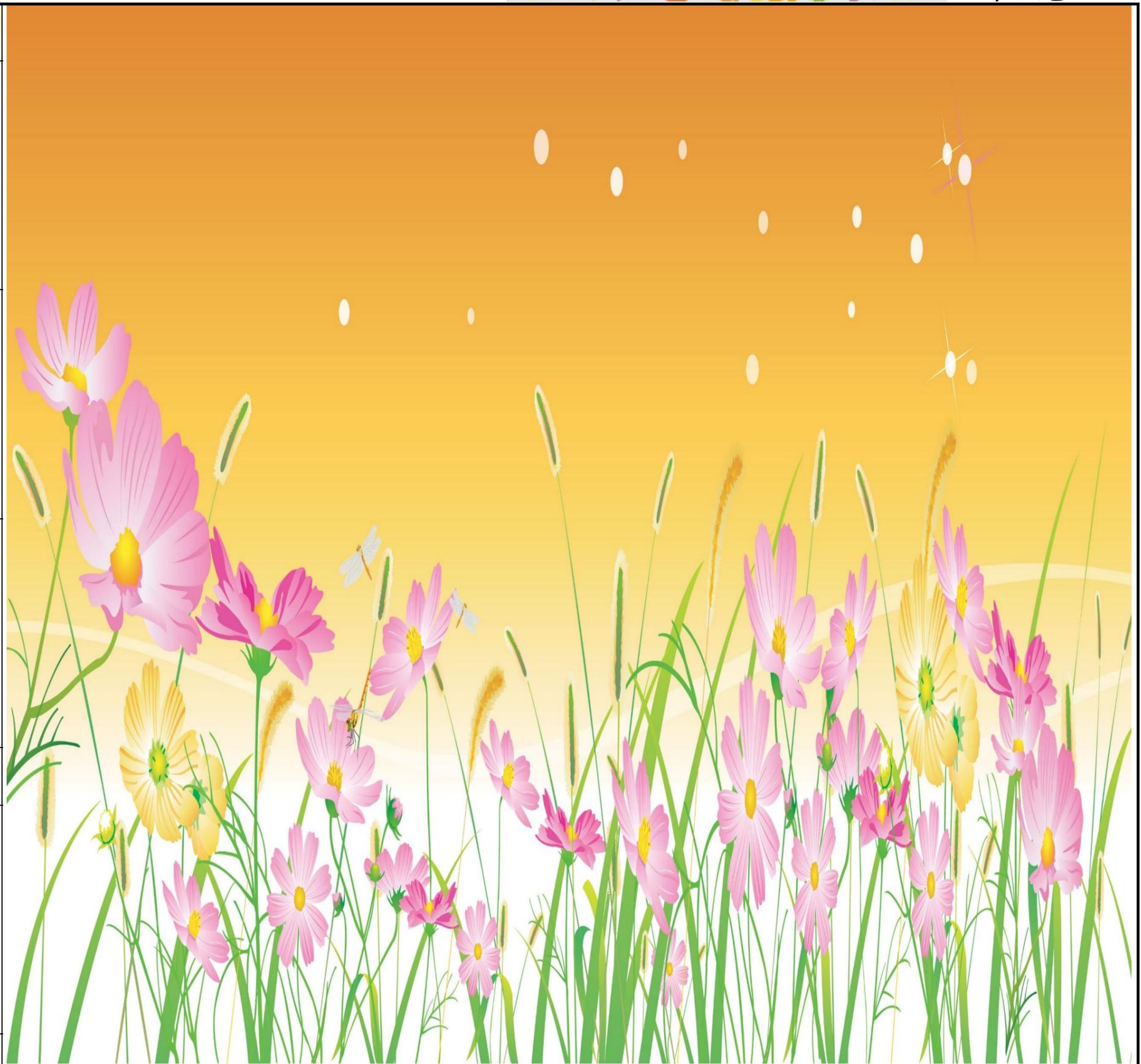


献立予定表



ぴあはーと
市が尾

| | 9月29日 月曜日 | 9月30日 火曜日 |
|-----|---|---|
| 朝食 | ひき肉と野菜の玉子 とじ おさつサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 | ハムエッグ カリフラワーのマヨ 和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳 |
| 朝洋食 | ひき肉と夏野菜のカ レー炒め おさつサラダ ジャム&マーガリン パン スープ 牛乳 | ハムエッグ カリフラワーのマヨ 和え ジャム パン スープ 牛乳 |
| 昼食 | エビピラフ クリームコロッケ グリーンサラダ スープ 果物  | 鶏唐揚げ 大根のカニあんかけ 焼きナス ご飯 すまし汁 果物  |
| おやつ | パインゼリー | チーズケーキ |
| 夕食 | 和風おろしハンバー グ 揚げ茄子 もやしの錦糸和え ご飯 味噌汁 | 鰯の生姜煮 焼きビーフン ほうれん草の磯和え ご飯 味噌汁 |
| | エネルギー:1626kcal 食塩相当量:8.9g | エネルギー:1662kcal 食塩相当量:8.5g |



※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承願います。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承願います。