



	7月1日 火曜日	7月2日 水曜日	7月3日 木曜日	7月4日 金曜日	7月5日 土曜日	7月6日 日曜日
朝和食	ハムエッグ おさつサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	豆腐のそぼろあん掛け じゃこサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	肉団子の煮物 ポテトサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	ベーコンとじゃが芋の玉子焼き セロリのマリネ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	イカ団子の煮物 キャベツのレモン和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	鶏ささ身の玉子とじ 野菜サラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳
朝洋食	ハムエッグ おさつサラダ ジャム パン スープ 牛乳	豆腐グラタン じゃこサラダ ジャム パン スープ 牛乳	肉団子と野菜のスープ煮 ポテトサラダ ジャム パン スープ 牛乳	スパニッシュオムレツ セロリのマリネ ジャム パン スープ 牛乳	イカ団子のコンソメ煮 キャベツのレモン和え ジャム パン ポタージュ 牛乳	鶏ささ身の洋風玉子とじ 野菜サラダ ジャム パン スープ 牛乳
昼食	鶏唐揚げ 冬瓜のカニあんかけ ブロッコリーのドレかけ ご飯 すまし汁 果物 	白身魚のマヨネーズ焼き スナッペンエンドウのソテー トマトサラダ ご飯 スープ 果物 	ベーコンとほうれん草 のクリームスパ ミニメンチカツ グリーンサラダ スープ 果物 	アジの南蛮漬け 信田巻きの含め煮 大根のたらこ和え ご飯 すまし汁 果物 	麻婆豆腐 カニシューマイ 春雨の和え物 ご飯 中華スープ 果物 	ドライカレー ミニコロケ シーフードサラダ スープ 果物 
おやつ	パインゼリー	バナナムース	オレンジケーキ	エクレア	どら焼き	カステラ
夕食	マトウ鯛の粕漬け焼き 焼きビーフン ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁	豚肉と里芋の煮物 青梗菜の炒め物 キャベツのピーナツ和え ご飯 味噌汁	カレイの照り焼き ニラ玉 わかめ生姜和え ご飯 すまし汁	豚肉の生姜焼き 里芋の煮付け 小松菜の山葵和え ご飯 味噌汁	サーモンムニエル ラタトゥイユ ブロッコリーのドレか け ご飯 スープ	鰻の竜田揚げ 切干大根の煮物 ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁
	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:1627kcal 食塩相当量:8.8g	エネルギー:1671kcal 食塩相当量:8.4g	エネルギー:1667kcal 食塩相当量:8.4g



献立予定表



ぴあはーと市が尾

	7月7日 月曜日	7月8日 火曜日	7月9日 水曜日	7月10日 木曜日	7月11日 金曜日	7月12日 土曜日	7月13日 日曜日
朝和食	照り焼きつくね コーンサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	オムレツ アスパラのサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	厚揚げの煮物 小松菜のドレッシングかけ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	目玉焼き ツナサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	ウインナーソテー オクラのサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	だし巻き卵 水菜サラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	肉じゃが マカロニサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳
朝洋食	つくねのチーズ焼き コーンサラダ ジャム パン スープ 牛乳	オムレツ アスパラのサラダ ジャム パン スープ 牛乳	ポークビーンズ 小松菜のドレッシング かけ ジャム パン スープ 牛乳	目玉焼き 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 水菜サラダ ジャム パン スープ 牛乳	玉子サンド マカロニサラダ スープ 牛乳
昼食	七夕そうめん とうもろこしのかき揚げ ごま豆腐 果物 	メバルの酒蒸し 茄子の味噌炒め いんげんゴマ和え ご飯 すまし汁 果物 	チーズハンバーグ ブロッコリーのフラン コールスローサラダ ご飯 スープ 果物 	冷やしたぬきうどん 里芋のそぼろあん 青菜の辛し和え 果物 	茹で豚胡麻ソース 揚げだし豆腐 しらすの酢の物 ご飯 味噌汁 果物 	カジキのトマトソースがけ スナップエンドウのソテー 野菜サラダ ご飯 スープ 果物 	夏野菜の天ぷら つみれの煮物 いんげんのお浸し ご飯 すまし汁 果物 
おやつ	抹茶水ようかん	黒糖まんじゅう	ショコラケーキ	コーヒーゼリー	薄皮まんじゅう	バニラムース	エクレア
夕食	蒸し鶏和風ソースかけ 南瓜の煮物 焼き茄子 ご飯 味噌汁	回鍋肉 焼き餃子 ぜんまいのナムル ご飯 中華スープ	赤魚の煮付け レンコンの胡麻炒め 胡瓜とカニカマの酢の物 ご飯 味噌汁	バーベキューチキン さつま芋のレーズン煮 アボカドサラダ ご飯 スープ	白身魚の南部焼き 金平ごぼう 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 大根のしそ和え ご飯 味噌汁
	エネルギー:1641kcal 食塩相当量:8.6g	エネルギー:1656kcal 食塩相当量:8.6g	エネルギー:1635kcal 食塩相当量:8.8g	エネルギー:1620kcal 食塩相当量:8.3g	エネルギー:1688kcal 食塩相当量:8.4g	エネルギー:1667kcal 食塩相当量:8.2g	エネルギー:1667kcal 食塩相当量:8.4g

※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

	7月14日 月曜日	7月15日 火曜日	7月16日 水曜日	7月17日 木曜日	7月18日 金曜日	7月19日 土曜日	7月20日 日曜日
朝食	炒り玉子 オニオンサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	海老つみれの炊合せ 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 もやしのサラダ 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	シーフードと野菜の炒め物 おさつサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳
朝食	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	海老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	ハムとチーズのキッシュ 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	シーフードと野菜の炒め物 おさつサラダ ジャム パン スープ 牛乳
昼食	助六寿司 冬瓜の炊合せ ほうれん草とえのきの和え物 すまし汁 果物 	鶏肉の黒酢炒め 揚げ茄子 オクラのおろし和え ご飯 味噌汁 果物 	 バースデイランチ	冷やしおかめそば 照り焼きつくね アスパラの辛子和え 果物 	カニクリームコロッケ 小松菜とエリンギの炒め物 トマトサラダ ご飯 スープ 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	バースデーケーキ	シフォンケーキ	酒まんじゅう	たい焼き	マスカットゼリー
夕食	豚しゃぶ梅ソースかけ じゃが芋の甘辛炒め 野菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁	赤魚のアクアパッツァ インゲンとベーコンのソテー イタリアンサラダ ご飯 スープ	牛焼肉 ごぼうのおかか煮 じゃこの酢の物 ご飯 すまし汁	鱸の揚げだし ひじきの炒り煮 キャベツのお浸し ご飯 味噌汁	鶏肉のオイスターソース炒め 海老シューマイ ぜんまいのナムル 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:1669kcal 食塩相当量:8.5g	エネルギー:1683kcal 食塩相当量:8.1g	エネルギー:1671kcal 食塩相当量:8.4g	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:1686kcal 食塩相当量:9.0g	エネルギー:1693kcal 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

	7月21日 月曜日	7月22日 火曜日	7月23日 水曜日	7月24日 木曜日	7月25日 金曜日	7月26日 土曜日	7月27日 日曜日
朝和食	筑前煮 コーンサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	目玉焼き 茄子のマリネ 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	ウインナーポトフ アスパラのドレ和え 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 コールスローサラダ 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	ツナサンド コールスローサラダ ポタージュ 牛乳
昼食	かき揚げ丼 ひじきの炒り煮 しらすおろし 味噌汁 果物 	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 	肉豆腐 レンコンの胡麻炒め 長いもの磯和え すまし汁 果物 	冷やし中華 焼き餃子 もやしのナムル 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 	鱸の揚げだし 五目煮豆 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	マンゴープリン	ドーナツ	ドームケーキ	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 青菜のお浸し ご飯 すまし汁	鶏肉の香草パン粉焼き ベイクドポテト 枝豆のマヨネーズ和え ご飯 スープ	太刀魚の照り焼き 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 春雨の炒め物 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁	鯖の塩焼き 里芋の田楽みそ 茄子と茗荷の和え物 ご飯 すまし汁
	エネルギー:1676kcal 食塩相当量:8.5g	エネルギー:1673kcal 食塩相当量:9.2g	エネルギー:1681kcal 食塩相当量:8.2g	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	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

※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。

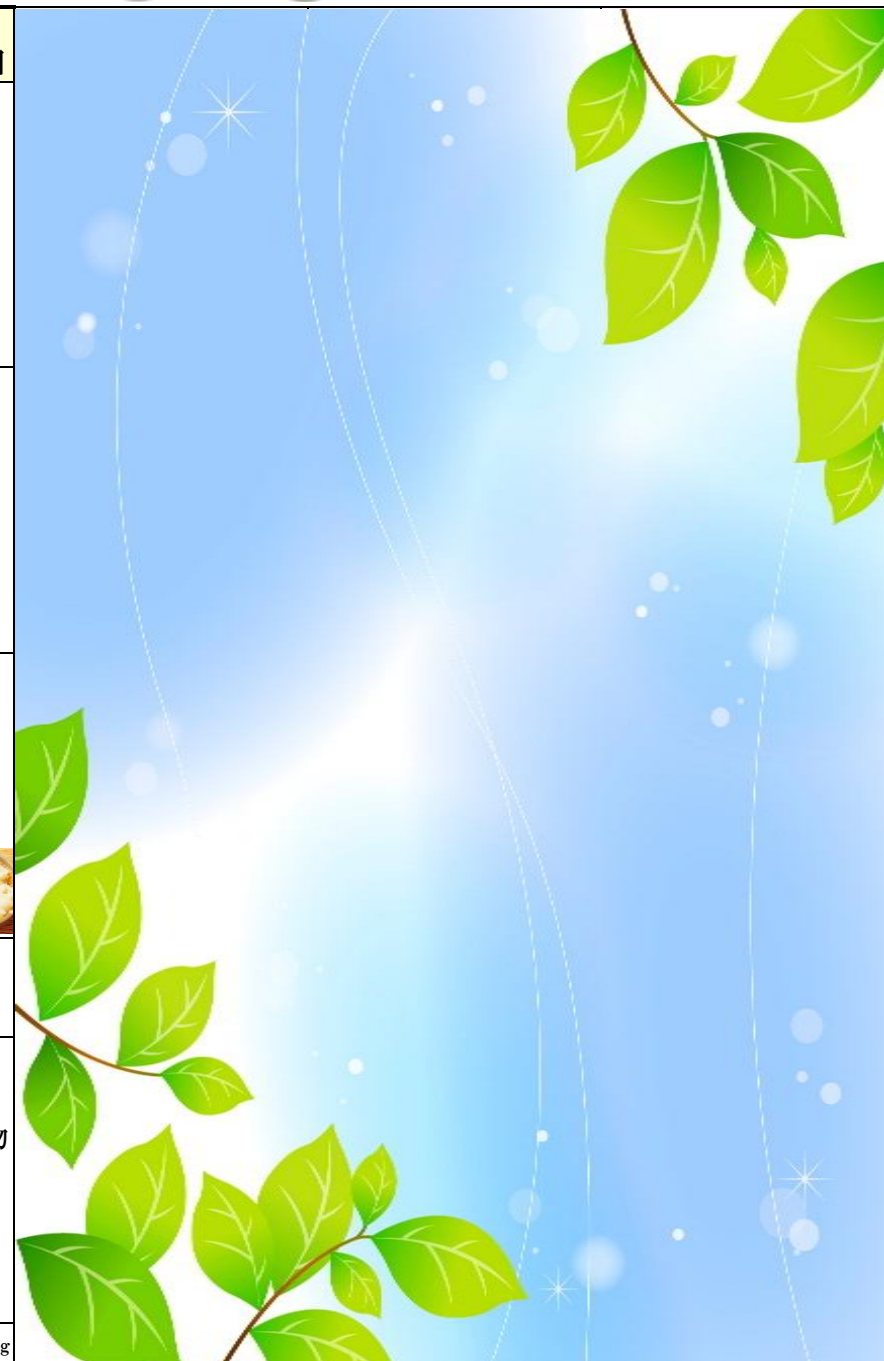


献立予定表



ぴあはーと市が尾

	7月28日 月曜日	7月29日 火曜日	7月30日 水曜日	7月31日 木曜日
朝和食	肉団子と野菜の旨煮 彩り野菜のマリネ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	だし巻き玉子 ブロッコリーサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	厚揚げの煮物 小松菜のドレッシング かけ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	巣ごもり玉子 ツナサラダ 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	オムレツ ブロッコリーサラダ ジャム パン スープ 牛乳	ポークビーンズ 小松菜のドレッシング かけ ジャム パン スープ 牛乳	ポーチドエッグ ツナサラダ ジャム パン スープ 牛乳
昼食	夏野菜カレー ミモザサラダ 福神漬け スープ 果物 	メバルの煮付け 豆腐のカニあんかけ ささ身と胡瓜の梅肉あえ ご飯 すまし汁 果物 	牛肉のクリーム煮 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 果物 	そうめん 竹輪の磯部揚げ 大根のたらこ和え 果物 
おやつ	人形焼き	フルーチェ	素麺	コーヒーゼリー
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	ハンバーグ レンコンの胡麻炒め トマトサラダ ご飯 スープ	鯖の香味焼き 茄子の味噌炒め モロヘイヤの辛し和え ご飯 すまし汁	鶏肉のボン酢焼き にらともやしの炒め物 アボカドサラダ ご飯 味噌汁
	エネルギー:1676kcal 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:1621kcal 食塩相当量:9.0g	エネルギー:1686kcal 食塩相当量:9.2g



※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。