



献立予定表



びあは一と市ヶ尾

	10月1日 水曜日	10月2日 木曜日	10月3日 金曜日	10月4日 土曜日	10月5日 日曜日
朝和食	豆腐のそぼろあん掛け しらすおろし 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 アスパラのピーナッツ和 え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	イカ団子のコンソメ煮 キャベツのお浸し 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	あさりの玉子とじ ハムサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳
朝洋食	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 アスパラのマリネ 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 牛乳	クラムチャウダー 野菜サラダ ジャム パン 牛乳
昼食	白身魚のマスタード焼き ベーコンと茸のソテー コーンサラダ ご飯 コンソメスープ 果物 	月見そば 小エビと野菜のかき揚げ カブの浅漬け 果物 	牛肉コロッケ 卵の花 三色和え ご飯 味噌汁 果物 	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 果物 	えびフライ 南瓜の煮物 大根のたらこ和え ご飯 すまし汁 果物 
おやつ	バナナムース	オレンジケーキ	カスタードケーキ	どら焼き	抹茶水ようかん
夕食	豚肉と里芋の煮物 きくらげと玉子の炒め物 キャベツのクルミ和え ご飯 味噌汁	カレイの照り焼き 青梗菜の炒め物 ワカメの甘酢和え ご飯 すまし汁	麻婆豆腐 焼き餃子 春雨の和え物 ご飯 中華スープ	サーモンムニエル ブロッコリーのフリッ ター トマトサラダ ご飯 スープ	蒸し鶏胡麻ソースかけ がんもの含め煮 焼き茄子 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

※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



びあは一と市ヶ尾

	10月6日 月曜日	10月7日 火曜日	10月8日 水曜日	10月9日 木曜日	10月10日 金曜日	10月11日 土曜日	10月12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 アスパラのピーナツあえ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	厚揚げの煮物 小松菜の土佐和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	目玉焼き 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 二色浸し 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 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 サンドイッチ 牛乳
昼食	ハヤシライス シーフードサラダ 彩り野菜のマリネ スープ 果物 	メバルの酒蒸し 切干大根の煮物 いんげんゴマ和え ご飯 すまし汁 果物 	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 	きつねうどん 里芋のそぼろあん 青菜の辛し和え 果物 	豚肉の味噌炒め 揚げだし豆腐 しらすの酢の物 ご飯 すまし汁 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 	フライ盛り合せ 茶碗蒸し いんげんのお浸し ご飯 すまし汁 果物 
おやつ	カステラ	もみじ饅頭	ショコラケーキ	コーヒゼリー	薄皮饅頭	パニラムース	エクレア
夕食	鰯の竜田揚げ 茄子の味噌炒め ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁	八宝菜 シュウマイ 中華サラダ ご飯 中華スープ	赤魚のみぞれ煮 レンコンの胡麻炒め ワカメとカニカマの酢の 物 ご飯 味噌汁	チキンソテー 茸のフラン 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 味噌汁	鶏肉の甘酢炒め 焼きピーフン キャベツの塩昆布和え 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ください。
※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ください。



献立予定表



びあは一と市ヶ尾

	10月13日 月曜日	10月14日 火曜日	10月15日 水曜日	10月16日 木曜日	10月17日 金曜日	10月18日 土曜日	10月19日 日曜日
朝和食	炒り玉子 玉ねぎのおかか和え 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 ごぼうとツナの和え物 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	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 スープ 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 スープ 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	ちらし寿司 高野豆腐の炊合せ 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 	HAPPY BIRTHDAY パースデーランチ 	スパゲッティ・ミートソース ナゲット アスパラサラダ スープ 果物 	白身魚のクリーム煮 インゲン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 小松菜のお浸し 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	パースデイケーキ	シフォンケーキ	チョコ饅頭	たい焼き	マスカットゼリー
夕食	豚肉のブルコギ風 じゃが芋の甘辛炒め 野菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁	赤魚のブイヤーベース風 小松菜とエリンギの炒め物 れんこんサラダ 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 カニシューマイ もやしのナムル ご飯 中華スープ	鰯の柚庵焼き こんにゃくのピリ辛煮 二色なます ご飯 味噌汁	ミートローフ 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ください。
※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ください。



献立予定表



びあは一と市ヶ尾

	10月20日 月曜日	10月21日 火曜日	10月22日 水曜日	10月23日 木曜日	10月24日 金曜日	10月25日 土曜日	10月26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	つくねの照り焼き 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	チキンのクリーム煮 コーンサラダ ジャム パン 牛乳	目玉焼き 茄子のマリネ ジャム パン スープ 牛乳	つくねのチーズ焼き 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 アスパラサラダ ジャム パン スープ 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 サンドイッチ 牛乳
昼食	三色丼 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 蕪の海老あんかけ 胡瓜の梅肉あえ ご飯 味噌汁 果物 	牛肉豆腐 レンコンの胡麻炒め 長いもの磯和え ご飯 すまし汁 果物 	醤油ラーメン 焼き餃子 菊菜の辛し和え 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 	キスの天婦羅 五目煮豆 錦糸和え ご飯 すまし汁 果物 	豚肉のみぞれ煮 ニラ玉 オクラの生姜和え ご飯 味噌汁 果物 
おやつ	レモンケーキ	マンゴープリン	カステラ	ドームケーキ	まんじゅう	抹茶パバロア	シュークリーム
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 イタリアンサラダ 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	豚肉の生姜焼き 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 ベーコンと茸のソテー 盛り合せサラダ 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 茄子と茸の和え物 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ください。
※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ください。



献立予定表



びあは一と市ヶ尾

	10月27日 月曜日	10月28日 火曜日	10月29日 水曜日	10月30日 木曜日	10月31日 金曜日				
朝食	肉団子と野菜の旨煮 白菜の胡麻和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	だし巻き玉子 ブロッコリーのおかか和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	厚揚げの煮物 小松菜のお浸し 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	巣ごもり玉子 レタスとツナの和え物 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	肉じゃが オクラの梅肉あえ 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 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 小松菜のサラダ ジャム パン 牛乳	ポーチドエッグ ツナサラダ ジャム パン スープ 牛乳	洋風肉じゃが オクラのサラダ ジャム パン 牛乳				
昼食	カレーライス ハムサラダ 福神漬け スープ 果物 	メバルの煮付け 湯豆腐のアオサあん 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 	たぬきそば 長芋のそぼろあんかけ 大根のたらこ和え 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 				
おやつ	練り切り	人形焼き	ショコラケーキ	パンプキンプリン	薄皮まんじゅう				
夕食	海老カツ ピーマンとじゃこの炒め物 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁	チーズハンバーグ 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 カリフラワーの辛し和え 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	白身魚のムニエル マカロニのトマト煮 ミモザサラダ ご飯 スープ				
	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	エネルギー:1605kcal 食塩相当量:8.8g				

※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ください。
※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ください。