

2024年6月

献立予定表

びあは一と市が尾

		1日 土曜日	2日 日曜日
朝食和食		さつま揚げの煮物 ワカメとカニカマの酢の物 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	鶏ささ身と三つ葉の卵とじ 野菜サラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳
朝食洋食		イカ団子のコンソメ煮 ワカメとカニカマのサラダ 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		麻婆豆腐 焼き餃子 春雨の和え物 ご飯 中華スープ 果物	マトウ鯛の粕漬け焼き 信田巻きの含め煮 大根のたらこ和え ご飯 すまし汁 果物
おやつ		どら焼き	抹茶水ようかん
夕食		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	蒸し鶏和風ソースかけ 南瓜の煮物 焼き茄子 ご飯 味噌汁
1日分	エネルギー:1687 タンパク:74.4 脂質:55.1	エネルギー:1550 タンパク:71.9 脂質:42.6	

※栄養価の表示は一日分の総合計数になります。
 ※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。

2024年6月

献立予定表

ぴあはーと市が尾

	3日 月曜日	4日 火曜日	5日 水曜日	6日 木曜日	7日 金曜日	8日 土曜日	9日 日曜日
朝食和食	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	ホッケの塩焼き 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 ミモザサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳
朝食洋食	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 ミモザサラダ ジャム パン ポタージュ 牛乳
昼食	ハッシュドビーフ シーフードサラダ カリフラワーのマリネ スープ 果物 	蒸し肉団子 茄子の味噌炒め いんげんゴマ和え ご飯 すまし汁 果物 	ピザ風ハンバーグ さつま芋のレーズン煮 コールスローサラダ ご飯 スープ 果物 	冷やし肉みそうどん 揚げ里芋の甘辛煮 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 	カジキのプロバンス風 スナップエンドウのソテー 野菜サラダ ご飯 スープ 果物 	海老のかき揚げ がんもの煮物 いんげんのお浸し ご飯 すまし汁 果物 
おやつ	カステラ	カスタードケーキ	ショコラケーキ	コーヒーゼリー	薄皮まんじゅう	バームクーヘン	エクレア
夕食	鱈の竜田揚げ 切干大根の煮物 ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁	八宝菜 シュウマイ 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 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 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
1日分	エネルギー:1752 タンパク:70.9 脂質:49.5	エネルギー:1627 タンパク:71.5 脂質:49.1	エネルギー:1606 タンパク:64.8 脂質:35.7	エネルギー:1561 タンパク:61.6 脂質:55.0	エネルギー:1633 タンパク:76.5 脂質:47.7	エネルギー:1752 タンパク:69.7 脂質:65.2	エネルギー:1530 タンパク:67.4 脂質:38.2

※栄養価の表示は一日分の総合計数になります。

※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。

2024年6月

献立予定表

びあはーと市が尾

	10日 月曜日	11日 火曜日	12日 水曜日	13日 木曜日	14日 金曜日	15日 土曜日	16日 日曜日
朝食和食	炒り玉子 玉ねぎのおかか和え 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
朝食洋食	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 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	鶏肉の甘酢あんかけ 揚げ茄子 オクラのおろし和え ご飯 味噌汁 果物	鰯のけんちん蒸し 冬瓜のくずあんかけ 山東菜のお浸し ご飯 すまし汁 果物	スパゲッティ・ミート ソース ナゲット グリーンサラダ 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 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	シュークリーム	シフォンケーキ	イチゴムース	たい焼き	ドームケーキ
夕食	豚肉の味噌炒め じゃが芋の甘辛炒め 野菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁	赤魚のブイヤールベース風 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 味噌汁	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	鶏唐揚げレモンソース カニシューマイ 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
1日分	エネルギー:1644 タンパク:77.0 脂質:52.1	エネルギー:1663 タンパク:64.6 脂質:55.4	エネルギー:1614 タンパク:80.0 脂質:36.6	エネルギー:1671 タンパク:76.8 脂質:46.3	エネルギー:1668 タンパク:65.6 脂質:62.1	エネルギー:1614 タンパク:67.6 脂質:45.4	エネルギー:1670 タンパク:73.1 脂質:51.9

※栄養価の表示は一日分の総合計数になります。
 ※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。

2024年6月

献立予定表

びあはーと市が尾

	17日 月曜日	18日 火曜日	19日 水曜日	20日 木曜日	21日 金曜日	22日 土曜日	23日 日曜日
朝食和食	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
朝食洋食	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	いかつみれのトマト煮 コールスローサラダ ジャム パン ポタージュ 牛乳
昼食	豚丼 ひじきの炒り煮 しらすおろし 味噌汁 果物	カニクリームコロッケ 冬瓜のカニあんかけ いかと胡瓜の梅肉あえ ご飯 味噌汁 果物	お誕生会 ランチ	冷やし中華 焼き餃子 もやしのナムル ご飯 中華スープ 果物	鶏肉の柚子胡椒焼き 切り昆布煮 とろろ芋 ご飯 すまし汁 果物	キスの天婦羅 五目煮豆 もやしの錦糸和え ご飯 すまし汁 果物	豚肉のおろしボン酢 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	バースデーケーキ	ドーナツ	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 枝豆のマヨネーズ和え ご飯 スープ	牛肉豆腐 レンコンの胡麻炒め 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	鱈の塩焼き 里芋の田楽みそ 茄子と茗荷の和え物 ご飯 すまし汁
1日分	エネルギー:1656 タンパク:66.3 脂質:47.1	エネルギー:1612 タンパク:76.4 脂質:49.0	エネルギー:1684 タンパク:68.1 脂質:43.4	エネルギー:1700 タンパク:70.0 脂質:43.9	エネルギー:1545 タンパク:56.7 脂質:39.3	エネルギー:1666 タンパク:69.0 脂質:56.3	エネルギー:1565 タンパク:61.4 脂質:46.6

※栄養価の表示は一日分の総合計数になります。
 ※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。

2024年6月

献立予定表

びあはーと市が尾

	24日 月曜日	25日 火曜日	26日 水曜日	27日 木曜日	28日 金曜日	29日 土曜日	30日 日曜日
朝食和食	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 アスパラのドレ和え 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 レタスとツナの和え物 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
朝食洋食	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 大根サラダ 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 レタスとツナの和え物 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 ジャム&マーガリン パン スープ 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 	白身魚の野菜あんかけ 切干大根の煮物 茄子と茗荷の和え物 ご飯 味噌汁 果物 	豚の角煮 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 	あさりのトマトスパ スナップエンドウのソ テー 花野菜サラダ スープ 果物 	牛肉の冷しゃぶ 里芋の煮物 春雨の酢の物 ご飯 すまし汁 果物 	鱈のちり蒸し 茄子の味噌炒め 青梗菜のお浸し ご飯 すまし汁 果物 	豚肉のマスタード焼き ズッキーニとベーコンの ソテー アボカドサラダ ご飯 スープ 果物 
おやつ	人形焼き	クレープ	レモンケーキ	いちごババロア	黒糖まんじゅう	カスタードケーキ	水ようかん
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	牛肉のオイスターソース 炒め カニシューマイ レタスとツナの和え物 ご飯 中華スープ	ぶりの照り焼き 南瓜の利休煮 青菜の辛し和え ご飯 味噌汁	鶏肉の山椒味噌焼き 車麩の含め煮 モロヘイヤのお浸し ご飯 すまし汁	鱈の梅ソースかけ ゴーヤの炒め物 いんげんのお浸し ご飯 味噌汁	鶏肉のくわ焼き 高野豆腐の炊合せ オクラとはんぺんの梅肉 あえ ご飯 味噌汁	鯖の味噌煮 じゃが芋の金平 つる菜の辛子和え ご飯 すまし汁
1日分	エネルギー:1643 タンパク:64.2 脂質:51.8	エネルギー:1688 タンパク:70.2 脂質:58.6	エネルギー:1656 タンパク:69.3 脂質:46.1	エネルギー:1694 タンパク:63.7 脂質:49.7	エネルギー:1596 タンパク:62.6 脂質:47.2	エネルギー:1726 タンパク:69.5 脂質:61.9	エネルギー:1564 タンパク:68.0 脂質:39.2

※栄養価の表示は一日分の総合計数になります。

※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。