

# 1月献立表

ぴあはーと市が尾

	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)
朝和食	松風焼 春菊の白和え 佃煮 御飯 牛乳	目玉焼き 牛乳 かぼちゃサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁	照り焼きつくね 牛乳 しらすおろし 佃煮 ご飯 味噌汁	オムレツ 牛乳 アスパラのピーナツあえ 佃煮 ご飯 味噌汁	イカ団子の煮物 ほうれん草のお浸し 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	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	七草粥 厚焼き玉子 カブの浅漬け 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
朝洋食	※元旦の朝食については和食のみのご提供となります。 	目玉焼き 牛乳 かぼちゃサラダ ジャム パン スープ	つくねのチーズ焼き じゃこサラダ 牛乳 ジャム パン スープ	オムレツ 牛乳 アスパラのサラダ ジャム パン スープ	イカ団子のコンソメ煮 ほうれん草のサラダ サンドイッチ 牛乳	豆腐グラタン コーンサラダ 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	
昼食	お節料理 	バラちらし寿司 高野豆腐の炊合せ ほうれん草のクルミ和え すまし汁 果物 	年明けうどん ベーコンと茸の炒め物 コーンサラダ 果物 	麻婆豆腐 果物 春巻き 中華サラダ ご飯 スープ 	マトウ鯛の梅おほか焼 南瓜の煮物 果物 大根のたらこ和え ご飯 すまし汁 	ハヤシライス 海老とブロッコリーのサラダ 彩り野菜のマリネ スープ  果物	メバルの酒蒸し 果物 茄子の味噌炒め いんげんゴマ和え かやくごはん  すまし汁	ハンバーグ 果物 さつまいものレモン煮 コールスローサラダ ご飯  スープ
おやつ	練り切り	抹茶カステラ	みつ豆	どら焼き	バナナムース	カステラ	ブルーチェ	ショコラケーキ
夕食	すき焼き 茄子の田楽 錦糸和え ご飯 すまし汁	赤魚のかぶら蒸し 大根の枝豆あん ごま豆腐 ご飯 味噌汁	酢豚 海老シュウマイ キャベツの胡麻酢和え ご飯 かき玉スープ	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	鱈の竜田揚げ 切干大根の煮物 春菊のお浸し 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 カニカマの酢の物 ご飯 味噌汁

※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。

# 1月献立表

ぴあはーと市が尾

	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	
朝和食	目玉焼き 牛乳 レタスとツナの和え物 佃煮 ご飯 味噌汁	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 牛乳 マカロニサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁	肉じゃが 牛乳 二色浸し 佃煮 ご飯 味噌汁	炒り玉子 牛乳 水菜のポン酢和え 佃煮 ご飯 味噌汁	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	豚肉と大根の煮物 かぼちゃサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	
朝洋食	目玉焼き 牛乳 ツナサラダ ジャム パン スープ	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 ほうれん草のドレ和え サンドイッチ 牛乳 スープ 牛乳	スクランブルエッグ 水菜のサラダ ジャム パン スープ 牛乳	海老つみれのコンソメ煮 アスパラのゴママヨ和え ジャム パン ポターージュ 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	豚肉のポトフ かぼちゃサラダ ジャム パン ポターージュ 牛乳	
昼食	たまきうどん 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 果物 しらすの酢の物 菜飯  味噌汁 	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 果物 ご飯  スープ 	フライ盛り合せ 果物 車麩の玉子とじ いんげんのお浸し ご飯  すまし汁 	エビピラフ ブロッコリーとハムのグラタン 蕪のマリネ スープ  果物 	鶏肉の黒酢炒め 揚げ茄子 果物 オクラのおろし和え ご飯  味噌汁 	 <p>バース デーランチ</p>		ナポリタン ナゲット アスパラサラダ スープ  果物 
おやつ	チョコ饅頭	薄皮まんじゅう	お汁粉	エクレア	杏仁豆腐	黒糖まんじゅう	お誕生会ケーキ	シフォンケーキ	
夕食	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 すまし汁	鶏肉の甘酢炒め 焼きビーフン 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	豚肉のプルコギ風 じゃが芋の甘辛煮 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 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	鱈の揚げだし ひじきの炒り煮 キャベツのお浸し ご飯 味噌汁	

※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。

# 1月献立表

ぴあはーと市が尾

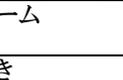
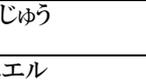
	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
朝和食	厚焼き玉子 牛乳 ごぼうサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁	和風ロールキャベツ 春雨サラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	筑前煮 牛乳 小松菜コーン辛子マヨ和え 佃煮 ご飯 味噌汁	海老と野菜の炒め物 おさつサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	目玉焼き 牛乳 焼きナス 佃煮 ご飯 味噌汁	つくねの照り焼き 花野菜サラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	炒り玉子 牛乳 ポテトサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁	ウインナーと野菜の旨煮 アスパラの辛子和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳
朝洋食	ハムとチーズのキッシュ ごぼうサラダ 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	チキンのクリーム煮 コーンサラダ サンドイッチ 牛乳	海老と野菜の炒め物 おさつサラダ ジャム パン スープ 牛乳	目玉焼き 牛乳 茄子のマリネ ジャム パン スープ	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 ポタージュ 牛乳
昼食	白身魚のクリーム煮 インゲンとベーコンのソテー コーンサラダ 果物 ご飯 スープ 	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 果物 ご飯  すまし汁	鮭のちゃんちゃん焼き さつま揚げの煮物 果物 青菜のピーナッツ和え ご飯  すまし汁	三色丼 里芋の煮っころがし しらすおろし すまし汁  果物	カレイの煮付け 果物 蕪の海老あんかけ イカの梅肉あえ ご飯  味噌汁	牛肉豆腐 果物 レンコンの胡麻炒め 磯和え ご飯  すまし汁	醤油ラーメン 焼き餃子 春菊の辛し和え 果物  すまし汁	鶏肉の柚子胡椒焼き さつま芋のレモン煮 果物 ワカメと長ネギのぬた ゆかりご飯  すまし汁
おやつ	イチゴムース	たい焼き	マスカットゼリー	レモンケーキ	マンゴープリン	カステラ	オムレットケーキ	まんじゅう
夕食	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	鱈の柚庵焼き こんにゃくのピリ辛煮 二色なます 菜飯 味噌汁	ミートローフ アスパラのガーリック炒め グリーンサラダ ご飯 スープ	メバルの粕漬け焼き ひじきの炒り煮 青菜のお浸し ご飯 味噌汁	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 キャベツと茸のソテー 盛り合せサラダ ご飯 スープ

※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。

# 1月献立表

ぴあはーと市が尾

	25日(土)	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
朝和食	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	肉団子と野菜の甘辛煮 白菜の胡麻和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	オムレツ 牛乳 ブロッコリーのおかか和え 佃煮 ご飯 味噌汁	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 ツナサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	肉じゃが 牛乳 オクラの塩昆布和え 佃煮 ご飯 味噌汁
朝洋食	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 牛乳	肉団子野菜のコンソメ煮 彩り野菜のマリネ ジャム パン ポターージュ 牛乳	オムレツ 牛乳 ブロッコリーサラダ ジャム パン スープ	ポークビーンズ 小松菜のサラダ 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	洋風肉じゃが オクラのサラダ ジャム パン スープ 牛乳
昼食	キスの天婦羅 五目煮豆 果物 錦糸和え ご飯 すまし汁 	豚肉のみぞれ煮 ニラ玉 果物 オクラの生姜和え ご飯  味噌汁 	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 果物 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 	ビーフシチュー 果物 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 	きつねそば 里芋のそぼろあんかけ 大根のたらこ和え 果物 	和風ロールキャベツ 炒り豆腐 果物 しらすの酢の物 ご飯  すまし汁 
おやつ	抹茶ババロア	シュークリーム	クレープ	人形焼き	ショコラケーキ	コーヒゼリー	薄皮まんじゅう
夕食	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 青菜と茸の和え物 ご飯 すまし汁	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 長芋のバター醤油炒め 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	豚肉のボン酢焼き にらともやしの炒め物 アボガドサラダ 菜飯 味噌汁	鮭のムニエル マカロニのトマト煮 キャベツサラダ ご飯 スープ



※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。