

# 令和8年 6月 献立予定表 すくすく



| 1(月)  | 2(火)   | 3(水)  | 4(木)  | 5(金)  | 6(土)  | 7(日)      |
|---|--|---|---|---|-------|-----------|
| ご飯<br>豚肉の生姜焼き<br>もやしときゅうりの中華サラダ<br>みそ汁<br><br>338kcal<br>ホットケーキ | ご飯<br>焼き魚<br>野菜の胡麻和え<br>みそ汁<br><br>303kcal<br>お菓子                  | ご飯<br>鶏肉の甘酢あん<br>レンコンとかにかまのり塩サラダ<br>みそ汁<br><br>356kcal<br>ヨーグルト   | 味噌バターコーンラーメン<br>キャベツと豚肉の中華炒め<br>ぎょうざ<br><br>307kcal<br>おにぎり | ご飯<br>豚丼の具<br>ほうれん草サラダ<br>みそ汁<br><br>309kcal<br>フルーツ缶                             |       |           |
| 8(月)  | 9(火)   | 10(水)   | 11(木)   | 12(金)   | 13(土) | 14(日)     |
| ご飯<br>肉野菜炒め焼き肉味<br>マカロニサラダ<br>みそ汁<br><br>367kcal<br>フライドポテト     | ご飯<br>肉じゃが<br>キャベツのツナ胡麻和え<br>ふりかけ<br>スープ<br><br>329kcal<br>サラダせんべい | パン<br>コロッケのトマトチーズ焼き<br>コールスローサラダ<br>スープ<br><br>322kcal<br>ご飯お好み焼き | ご飯<br>油淋鶏(ユーリンチ)<br>青菜のお浸し<br>中華スープ<br><br>334kcal<br>お菓子   | ご飯<br>魚の梅しょうゆ焼き<br>海藻サラダ<br>みそ汁<br><br>320kcal<br>お菓子                             |       |           |
| 15(月)   | 16(火)  | 17(水)   | 18(木)   | 19(金) 夏至メニュー  | 20(土) | 21(日)     |
| わかめご飯<br>さば味噌煮<br>キャベツのごまマヨサラダ<br>みそ汁<br><br>345kcal<br>お好み焼き   | ご飯<br>炒り鶏<br>ビーンズサラダ<br>みそ汁<br><br>342kcal<br>コーンフレークと牛乳           | ご飯<br>麻婆春雨<br>中華サラダ<br>スープ<br><br>352kcal<br>プリン                  | ガバオライス風ご飯<br>コーンサラダ<br>スープ<br><br>373kcal<br>お菓子            | とり天うどん<br>キャベツとかつお節の塩昆布サラダ<br>じゃがいも煮<br><br>322kcal<br>ご飯のみたらし団子風                 |       | 父の日<br>夏至 |
| 22(月)   | 23(火)  | 24(水)   | 25(木)   | 26(金)   | 27(土) | 28(日)     |
| とうもろこしご飯<br>チキン南蛮<br>ひじき煮<br>みそ汁<br><br>388kcal<br>かっぱえびせん      | ご飯<br>和風おろしハンバーグ<br>花野菜サラダ<br>スープ<br><br>337kcal<br>ゼリー            | 焼きサバのちらし寿司<br>揚げ豆腐のおろしあん<br>みそ汁<br><br>286kcal<br>カステラ            | ポークカレーライス<br>豆腐のサラダ<br>ゼリー<br>みそ汁<br><br>341kcal<br>フルーツ缶   | 食パン<br>ジャーマンポテトとたまごサンドの具<br>ブロッコリーサラダ<br>ヨーグルト(ジャム)<br>スープ<br><br>330kcal<br>おにぎり |       |           |
| 29(月)   | 30(火)  |   |   |   |       |           |
| ご飯<br>タンドリーチキン<br>大根と玉ねぎのサラダ<br>みそ汁<br><br>305kcal<br>お菓子       | お楽しみメニュー<br><br>おやつ  |   |   |   |       |           |

※ 材料の都合により献立の変更もあります。

※ アレルギー(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・カニなど)で禁止品目がございましたら、申し出てください。

