

令和8年 6月分 献立予定表

栄 養 課

月	火	木	金	土
1日 (513kcal 塩分2.7g) 魚のムニエル サラダ 小皿・スープ ヨーグルト	2日 (533kcal 塩分3.2g) 肉豆腐 酢の物 小皿・味噌汁 果物	4日 (585kcal 塩分3.6g) 魚のホイル焼き 和え物 小皿・かきたま汁 果物	5日 (530kcal 塩分2.8g) 焼き魚の香味おろし和え 煮物 小皿・味噌汁 果物	6日 (515kcal 塩分2.3g) ロールパン クラムチャウダー サラダ・小皿 果物
8日 (530kcal 塩分2.2g) 麻婆茄子 サラダ 小皿・スープ 果物	9日 (538kcal 塩分2.2g) 魚のオイスター風味 和え物 小皿・味噌汁 果物	11日 (521kcal 塩分3.2g) 豚井 和え物 小皿・味噌汁 ヨーグルト	12日 (428kcal 塩分3.5g) 鶏とエビのチリソース煮 和え物 小皿・スープ 果物	13日 (537kcal 塩分2.9g) 鶏のマヨ味噌漬 和え物 小皿・味噌汁 果物
15日 (538kcal 塩分3.3g) 白身魚の野菜の薄味煮 サラダ 小皿・味噌汁 果物	16日 (434kcal 塩分3.0g) 蒸し鶏 煮物 小皿・味噌汁 ヨーグルト	18日 (536kcal 塩分2.2g) 魚の黄金焼き 酢の物 小皿・豚汁 果物	19日 (594kcal 塩分3.5g) (おもてなし御膳) 父の日のメニューです  お楽しみに!	20日 (520kcal 塩分3.1g) 豚肉と卵の甘酢炒め 和え物 小皿・スープ 果物
22日 (486kcal 塩分3.0g) 握り寿司 煮物 ガリ・煮豆・味噌汁 果物	23日 (538kcal 塩分2.5g) 魚の梅醤油焼き 煮物 小皿・味噌汁 果物	25日 (554kcal 塩分2.9g) ヤンニョムチキン サラダ 小皿・味噌汁 果物	26日 (538kcal 塩分2.7g) 魚の幽庵焼き サラダ 小皿・味噌汁 果物	27日 (536kcal 塩分3.0g) 魚の唐揚げ 煮物 小皿・味噌汁 果物
29日 (541kcal 塩分2.4g) 生姜焼き 和え物 小皿・味噌汁 果物	30日 (609kcal 塩分3.0g) ドライカレー サラダ 小皿・スープ ヨーグルト			

仕入れの都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。

梅雨は「梅の実が熟す頃の雨」が語源とされています。



旬の食材をしっかりと食べて、じめじめした季節を元気に過ごしましょう。

