


6月献立予定表

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日					
日付							1日					
昼食							ドライカレー 福神漬け和え 麦茶 バナナ					
午後おやつ							牛乳 あんぱん					
栄養価							エネルギー:380 脂質:15.7	タンパク:16.7 食塩相当量:1.3				
日付	3日 鱈の日	4日	5日	6日 梅の日	7日	8日						
昼食	鱈の蒲焼丼 おなか和え 大根の味噌汁 グレープフルーツ	ハニーレモンチキン ひじきサラダ 南瓜の味噌汁 夏みかん	♥キャベツオムレツ ☺すき昆布煮 あさりの味噌汁 パイナップル	☺ささみの梅しそ焼き ☺洋風金平 かぶの味噌汁 メロン	焼き魚(ほっけ) きゅうりの一本漬け ☺豚汁 バナナ	ハヤシライス ツナ和え 麦茶 グレープフルーツ						
午後おやつ	麦茶 ミラノ風ドリア	麦茶 豆銀糖	麦茶 ごまぶかし チーズ	麦茶 納豆パスタ	ジョア ☺ごぼうかりんとう	牛乳 チーズマヨラスク						
栄養価	エネルギー:371 脂質:15.2	タンパク:17.9 食塩相当量:1.4	エネルギー:373 脂質:17.8	タンパク:20.2 食塩相当量:1.6	エネルギー:422 脂質:14.8	タンパク:20.1 食塩相当量:1.6	エネルギー:308 脂質:7.8	タンパク:22.9 食塩相当量:1.3	エネルギー:329 脂質:11	タンパク:18.1 食塩相当量:1.5	エネルギー:395 脂質:18.8	タンパク:19.2 食塩相当量:1.6
日付	10日	11日 香川県の郷土料理	12日 パンの日	13日	14日	15日						
昼食	麻婆豆腐丼 きゅうりの中華和え わかめの味噌汁 キウイ	鰯フライ まんばのけんちゃん じゃが芋の味噌汁 グレープフルーツ	☺ポークビーンズ なめ茸和え 小松菜の味噌汁 メロン	南瓜カレー きのこのガリパタサラダ 麦茶 パイナップル	オクラ納豆 きゅうりの一本漬け ☺鶏と根菜のごま味噌汁 バナナ	もやしのそぼろ丼 ゆかり和え 板麩の味噌汁 オレンジ						
午後おやつ	牛乳 ♥バナナココアケーキ	麦茶 いりこめし	牛乳 カレーポテトパン	ジョア ポップコーン チーズ	クラムチャウダー	牛乳 クリームパン						
栄養価	エネルギー:455 脂質:21.4	タンパク:22.6 食塩相当量:1.5	エネルギー:403 脂質:12.7	タンパク:15.1 食塩相当量:1.5	エネルギー:372 脂質:16.8	タンパク:22.1 食塩相当量:1.5	エネルギー:372 脂質:12.1	タンパク:14.1 食塩相当量:1.6	エネルギー:412 脂質:17.8	タンパク:20 食塩相当量:1.4	エネルギー:331 脂質:15.9	タンパク:16.8 食塩相当量:1.4
日付	17日	18日 ★誕生日会食	19日	20日	21日	22日						
昼食	餃子オムレツ 酢味噌和え 油揚げの味噌汁 グレープフルーツ	おにぎりバイキング ☺ささみのごまフライ わかめの酢の物 すまし汁 メロンとパイナップル	豆腐チャンプルー ☺切干大根のごまマヨ和え 岩のりの味噌汁 グレープフルーツ	鶏肉とじゃが芋の炒め物 春雨の中華炒め きのこの味噌汁 夏みかん	豆腐の味噌チーズ焼き もやしのカレー和え キャベツの味噌汁 パイナップル	ポークカレー マカロニサラダ 麦茶 バナナ						
午後おやつ	干芋 ココアムース	麦茶 ケーキ	麦茶 ☺新ごぼうとじゃこのおにぎり チーズ	牛乳 レモンクリームパン	ジョア きびのシリアルバー	牛乳 チーズ蒸しパン						
栄養価	エネルギー:361 脂質:18.6	タンパク:17.2 食塩相当量:1.4	エネルギー:337 脂質:18	タンパク:18.4 食塩相当量:1.3	エネルギー:366 脂質:17	タンパク:17.6 食塩相当量:1.6	エネルギー:392 脂質:16.1	タンパク:18.8 食塩相当量:1.6	エネルギー:402 脂質:20	タンパク:16.9 食塩相当量:1.6		
日付	24日	25日	26日 お弁当献立	27日	28日 パフェの日	29日						
昼食	鶏肉の味噌マヨ焼き キャベツの卵とじ にらの味噌汁 キウイ	さっぱり煮 オクラのツナサラダ もやしの味噌汁 パイナップル	西京焼き ミニゼリー ミートオムレツ ひじきの炒め煮 煮びたし 麦茶	ガパオライス 伴三絲 わかめスープ メロン	キャベツメンチ もずくの酢の物 玉ねぎの味噌汁 パイナップル	ほうれん草カレー シーザーサラダ 麦茶 バナナ						
午後おやつ	麦茶 天かすおにぎり チーズ	干芋 ♪キラキラゼリー	ジョア ♥ポテトフライ	♪醤油ラーメン	パフェ	牛乳 シュガーラスク						
栄養価	エネルギー:426 脂質:20	タンパク:17.6 食塩相当量:1.6	エネルギー:406 脂質:19.7	タンパク:16.9 食塩相当量:1.2	エネルギー:366 脂質:17	タンパク:20 食塩相当量:1.5	エネルギー:312 脂質:12	タンパク:16.4 食塩相当量:1.8	エネルギー:353 脂質:14.9	タンパク:11.9 食塩相当量:1.1	エネルギー:412 脂質:23.4	タンパク:16.7 食塩相当量:1.6

♥・・・6月生まれのお友だちのリクエストメニューです。
 ★・・・完全給食の日なので3、4、5歳児もご飯がいらぬ日です。
 ♪・・・子どもたちからのリクエストメニューです。
 ☺・・・カミカミメニューです。
 赤字・・・郷土料理です。
 青字・・・岩手県の郷土料理や特産品を使ったメニューです。
 ※材料の都合により献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。