



令和8年度 6月献立



月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
			《歯と口の健康週間:ヨーグルト》	《歯と口の健康週間:切干大根》
牛乳 ご飯 さば生姜煮 すき昆布とツナの炒め煮 豚汁	牛乳 コッペパン マーシャルビーンズ ほうれん草オムレツ かぼちゃのサラダ コンソメスープ	牛乳 麦ご飯 春雨のチャプチェ 豆腐のチリソース煮 アーモンドフィッシュ(中学校のみ)	牛乳 わかめご飯 ごぼうのカレーチップス 具うどん ヨーグルト	牛乳 麦ご飯 切干大根の香りและ 豚じゃがのごま煮
8	9	10	11	12
《歯と口の健康週間:干びょう》	《歯と口の健康週間:ごぼう》	《歯と口の健康週間:きのこ》		《世界の料理:アメリカ》
牛乳 ご飯 わかさぎフリッター 干びょうのきんぴら じゃが芋とわかめのみそ汁	牛乳 食パン いちごミックスジャム キャベツのマヨマスタード和え ごぼうとペンネのケチャップ煮	牛乳 麻婆ひじき丼 (ご飯・麻婆ひじき丼の具) ビーフときのこのスープ	牛乳 麦ご飯 のり佃煮 たくあん和え 豆腐と豚肉の炒め煮	牛乳 ジャンバラヤ ビーンズソテー ゆでとうもろこし マカロニスープ
15	16	17	18	19
《いづかの台所:キャベツ》		《旬の食材:ごぼう》		《食育めざしの日》
牛乳 麦ご飯 野菜の卵焼き キャベツの炒め物 高野豆腐の煮物	牛乳 ワンローフパン いちじくジャム 大豆とツナのごまドレサラダ 和風きのこスパゲティ	牛乳 ご飯 さばの野菜あんかけ ごぼうのみそ汁	牛乳 麦ご飯 納豆 茎わかめのサラダ じゃが豚キムチの煮物	牛乳 大根葉とじゃこの混ぜご飯 厚揚げのみそ炒め 鶏つくねのすまし汁
22	23	24	25	26
《郷土料理:沖縄県》				
牛乳 麦ご飯 あじフリッター 人参しりしり もずくとうづら卵のすまし汁	牛乳 ハンバーガー (胚芽柏型パン・ハンバーグケチャップソース・ ゆでキャベツ・チーズ(中学校のみ)) 豆乳コーンスープ	牛乳 ご飯 ささみとキャベツの和え物 チムタク シークワサーゼリー(中学校のみ)	牛乳 ハヤシライス (麦ご飯・ハヤシルウ) フルーツカクテル 	牛乳 ご飯 さけふりかけ おからのサラダ 五目ラーメン
29	30			
《カルシウムデー:厚揚げ》				
牛乳 ご飯 いわし梅煮 あさりと野菜のごま酢和え 厚揚げのそぼろ煮	牛乳 揚げパン ブロッコリーのソテー ミートボールのトマト煮			