

いつき 2026年6月献立表(前半)※食材の仕入れ状況により、内容は変更する場合がございます。

		肉	エネルギー (kcal)	魚	エネルギー (kcal)	丼物	エネルギー (kcal)	ルウ物	エネルギー (kcal)	麺類	エネルギー (kcal)
1	月	豚肉の生姜焼き 里芋の煮物 チンゲン菜のおひたし ご飯 汁物 漬物	532	赤魚の幽庵焼 里芋の煮物 チンゲン菜のおひたし ご飯 汁物 漬物	447	木の葉丼 里芋の煮物 チンゲン菜のおひたし 汁物 漬物	493	カレーライス 里芋の煮物 チンゲン菜のおひたし 汁物 漬物	613	わかめそば 里芋の煮物 チンゲン菜のおひたし ご飯 漬物	431
2	火	チキンステーキ 菜の花のソテー もやしのあえ物 ご飯 汁物 漬物	573	アジフライ 菜の花のソテー もやしのあえ物 ご飯 汁物 漬物	665	焼肉丼 菜の花のソテー もやしのあえ物 汁物 漬物	586	カレーライス 菜の花のソテー もやしのあえ物 汁物 漬物	621	とろろきしめん 菜の花のソテー もやしのあえ物 ご飯 漬物	401
3	水	牛肉のしぐれ煮 のりじゃが にんじんのピーナツ和え ご飯 汁物 漬物	619	鰯の更紗蒸し のりじゃが にんじんのピーナツ和え ご飯 汁物 漬物	538	中華丼 のりじゃが にんじんのピーナツ和え 汁物 漬物	533	カレーライス のりじゃが にんじんのピーナツ和え 汁物 漬物	646	クリームパスタ のりじゃが にんじんのピーナツ和え ご飯 汁物 漬物	574
4	木	豚肉のスタミナ炒め かぼちゃコロッケ コールスローサラダ ご飯 汁物 漬物	696	白身魚のムニエル かぼちゃコロッケ コールスローサラダ ご飯 汁物 漬物	593	麻婆春雨丼 かぼちゃコロッケ コールスローサラダ 汁物 漬物	645	ビーフシチュー かぼちゃコロッケ コールスローサラダ ご飯 汁物 漬物	784	きつねうどん かぼちゃコロッケ コールスローサラダ ご飯 漬物	671
5	金	豆腐の肉みそかけ カリフラワーのコンソメ煮 マカロニサラダ ご飯 汁物 漬物	712	タラのパン粉焼 カリフラワーのコンソメ煮 マカロニサラダ ご飯 汁物 漬物	638	豚丼 カリフラワーのコンソメ煮 マカロニサラダ 汁物 漬物	619	ビーフシチュー カリフラワーのコンソメ煮 マカロニサラダ ご飯 汁物 漬物	745	ちゃんぽんめん カリフラワーのコンソメ煮 マカロニサラダ ご飯 漬物	530
6	土	酢鶏 しゅうまい 三色ナムル ご飯 汁物 漬物	652	鰯の塩焼き しゅうまい 三色ナムル ご飯 汁物 漬物	568	はいから丼 しゅうまい 三色ナムル 汁物 漬物	553	ビーフシチュー しゅうまい 三色ナムル ご飯 汁物 漬物	697	中華風にゆう麺 しゅうまい 三色ナムル ご飯 漬物	471
8	月	豆腐のそぼろあん れんこんの甘辛炒め ナスの生姜和え ご飯 汁物 フルーツ	677	鰯の磯香焼き れんこんの甘辛炒め ナスの生姜和え ご飯 汁物 フルーツ	578	焼肉丼 れんこんの甘辛炒め ナスの生姜和え 汁物 フルーツ	664	ひき肉のカレー れんこんの甘辛炒め ナスの生姜和え 汁物 フルーツ	725	丸天きしめん れんこんの甘辛炒め ナスの生姜和え ご飯 フルーツ	471
9	火	ポークチャップ かぼちゃの煮物 小松菜のおかか和え ご飯 汁物 フルーツ	529	メバルの揚げ煮 かぼちゃの煮物 小松菜のおかか和え ご飯 汁物 フルーツ	580	焼き鳥丼 かぼちゃの煮物 小松菜のおかか和え 汁物 フルーツ	523	ひき肉のカレー かぼちゃの煮物 小松菜のおかか和え 汁物 フルーツ	636	和風パスタ かぼちゃの煮物 小松菜のおかか和え ご飯 汁物 フルーツ	515
10	水	鶏ひき肉の親子丼 切干大根煮 ほうれん草の胡麻和え ご飯 汁物 フルーツ	547	アジのかば焼き 切干大根煮 ほうれん草の胡麻和え ご飯 汁物 フルーツ	505	豚丼 切干大根煮 ほうれん草の胡麻和え 汁物 フルーツ	541	ひき肉のカレー 切干大根煮 ほうれん草の胡麻和え 汁物 フルーツ	647	焼うどん 切干大根煮 ほうれん草の胡麻和え ご飯 汁物 フルーツ	465
11	木	鶏肉の照り焼き 里芋のそぼろあんかけ チンゲン菜のなめたけ和え ご飯 汁物 フルーツ	590	鰯の生姜煮 里芋のそぼろあんかけ チンゲン菜のなめたけ和え ご飯 汁物 フルーツ	623	中華丼 里芋のそぼろあんかけ チンゲン菜のなめたけ和え 汁物 フルーツ	525	クリームシチュー 里芋のそぼろあんかけ チンゲン菜のなめたけ和え ご飯 汁物 フルーツ	648	醤油ラーメン 里芋のそぼろあんかけ チンゲン菜のなめたけ和え ご飯 フルーツ	457
12	金	肉コロッケ 小松菜の煮びたし ごぼうサラダ ご飯 汁物 フルーツ	718	赤魚のみりん焼 小松菜の煮びたし ごぼうサラダ ご飯 汁物 フルーツ	484	たまご丼 小松菜の煮びたし ごぼうサラダ 汁物 フルーツ	505	クリームシチュー 小松菜の煮びたし ごぼうサラダ ご飯 汁物 フルーツ	644	梅おろしにゆう麺 小松菜の煮びたし ごぼうサラダ ご飯 フルーツ	483
13	土	豚肉の味噌炒め がんもの煮物 わかめサラダ ご飯 汁物 フルーツ	584	白身魚のマヨ焼き がんもの煮物 わかめサラダ ご飯 汁物 フルーツ	597	麻婆丼 がんもの煮物 わかめサラダ 汁物 フルーツ	512	クリームシチュー がんもの煮物 わかめサラダ ご飯 汁物 フルーツ	646	五目あんかけそば がんもの煮物 わかめサラダ ご飯 フルーツ	482
15	月	治部煮 麩の卵とじ ほうれん草の白和え ご飯 汁物 漬物	612	アジの南蛮漬け 麩の卵とじ ほうれん草の白和え ご飯 汁物 漬物	566	牛丼 麩の卵とじ ほうれん草の白和え 汁物 漬物	670	肉団子のシチュー 麩の卵とじ ほうれん草の白和え ご飯 汁物 漬物	738	味噌ラーメン 麩の卵とじ ほうれん草の白和え ご飯 漬物	496