

令和 8年 6月



給食献立表



月	火	水	木	金	土	日
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
ごはん あんかけカツネ丼 きゅうりの昆布和え みそ汁 (玉ねぎ) 155Kcal 7Kcal 35Kcal	鶏とキャベツの 塩うどん 280kcal フロッキーのおかか和え 20kcal ミートボール 115kcal バナナ 45kcal	ごはん マーボー豆腐 中華サラダ かきたまスープ 232Kcal 25Kcal 42Kcal	ごはん 千キン千キンごぼう コールスロー みそ汁 (玉ねぎ) 329Kcal 23Kcal 45Kcal	ごはん 鶏の生姜焼き きんぴらごぼう みそ汁 (豆腐) 258Kcal 57Kcal 44Kcal	ごはん 千キンカレーの具 マカロニサラダ コンノメスープ バナナ 158Kcal 80Kcal 35Kcal 45Kcal	休日
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
ごはん 厚揚げの中華炒め コールスロー ワンダンスープ 140Kcal 23Kcal 86Kcal	ごはん 中華丼の具 もやしのナムル たご焼き風ポテト 93Kcal 17Kcal 110Kcal	ごはん 千キンチャップ ほうれん草サラダ すまし汁 110Kcal 35Kcal 23Kcal	ごはん 白身フライ (あんかけ) 和風サラダ すまし汁 251Kcal 35Kcal 23Kcal	ごはん 鶏マヨ 春雨サラダ みそ汁 (豆腐) 170Kcal 28Kcal 44Kcal	ミートスバゲティ ポテトサラダ コンノメスープ きなこドーナツ 265Kcal 32Kcal 35Kcal 149Kcal	休日
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
ごはん 焼き鳥丼の具 もやしのナムル ポテトサラダ すまし汁 186Kcal 17Kcal 32Kcal 23Kcal	ごはん 豆腐ハンバーグ 野菜のきんぴら かきたまスープ 174Kcal 57Kcal 42Kcal	ちゃんぽん 揚げキョーザ 酢の物 (きゅうりとわかめ) 271Kcal 88Kcal 22Kcal	ごはん 千キンカツ ポテトサラダ みそ汁 (キャベツ) 220Kcal 32Kcal 38Kcal	ごはん 肉豆腐 きんぴら野菜 みそ汁 (なめこ) 217Kcal 45Kcal 32Kcal	ごはん 白身フライ (甘辛たれ) 酢の物 すまし汁 160Kcal 20Kcal 23Kcal	休日
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
和風パスタ 野菜の胡麻和え 豆腐のナゲット 中華スープ 124Kcal 51Kcal 100Kcal 42Kcal	焼きそば 酢の物 イモ天 みそ汁 (厚揚げ) 208Kcal 20Kcal 74Kcal 62Kcal	ごはん 酢どり 中華サラダ わかめスープ 184Kcal 25Kcal 10Kcal	ごはん シチュー かぼちゃサラダ 千りコンカン 146Kcal 64Kcal 53Kcal	ごはん ハヤシライスの具 コールスロー コンノメスープ ゼリー 179Kcal 23Kcal 35Kcal 32Kcal	ごはん 親子丼の具 煮物 みそ汁 (じゃがいも) 196Kcal 47Kcal 41Kcal	休日
29日	30日					
ミートスバゲティ コールスロー ちくわのチーズ焼 コンノメスープ 265Kcal 23Kcal 45Kcal 35Kcal	ごはん といて 和風サラダ すまし汁 190Kcal 35Kcal 23Kcal					

※ごはんのカロリーは、小学生未満児168kCal、以上児234kCalになります。