

2日(月) 牛肉のプルコギ風甘辛炒め

- ゆでキャベツ ・ いもの天ぷら
- 小松菜のごま和え ・ 豆腐のみそ汁

3日(火) 魚のバーベキューソースかけ

- 黒糖パン ・ フライドポテト ・ 野菜サラダ
- カスタードブチケーキ

4日(水) あんかけ焼きそば

- チャーハン ・ 切干大根と青菜の中華和え
- 揚げ焼売 ・ ジョア(プレーン)

5日(木) かみなり揚げ

- 塩肉じゃが ・ キャベツとツナの炒めもの
- えのきのすまし汁

6日(金) 魚の甘辛揚げ

- 麦ごはん ・ もやしのナムル
- 筑前煮 ・ 荳わかめのゆず風味和え

9日(月) 冷やしうどん

- 塩昆布の炊き込みごはん(小盛) ・ ししゃもの天ぷら
- 大根のツナ和え ・ ももゼリー

10日(火) カレー風味からあげ

- オリーブパン ・ キャベツソテー ・ ペペロンチーノ
- 根菜のレモンバジルサラダ ・ 卵のスープ

11日(水) りんごだれの生姜焼き

- 炒めナムル ・ 高野豆腐の含め煮 ・ じゃがいものごま揚げ
- 白菜のみそ汁 ・ ジョア(ストロベリー)

12日(木) さばのごまだれ焼き

- キャベツのおかか和え ・ ツナと野菜のからし酢和え
- 塩こうじの芋きんぴら

13日(金) 照焼チキン

- ツナの和風スパゲティ ・ はんぺんフライ
- ごぼうと豆のサラダ ・ こんがりお米と野菜ふりかけ

16日(月) ドライカレー

- ターメリックライス ・ 魚のガーリックマヨ焼き
- 小松菜とコーンのソテー ・ じゃがいもと枝豆のサラダ
- 豆腐のスープ

17日(火) 豚肉のマリアナソース炒め

- ツイストパン ・ チンゲン菜のスパゲティ
- 野菜のペッパー炒め ・ キャンディチーズ
- オニオンスープ

18日(水) 鶏肉とじゃがいもの南蛮ソースかけ

- 油揚げ入り野菜炒め ・ 大根とわかめのごま和え
- アシドミルク

19日(木) 揚げ魚の野菜あんかけ

- もやしの和え物 ・ 春雨の炒め物
- はりはり漬け ・ かきたま汁

20日(金) 和風おろしそハンバーグ

- きのこソテー ・ きんぴらごぼう
- 白菜煮 ・ ミニ白ごまプリン

23日(月) タコライス

- もずく入り夏野菜のかき揚げ
- くーびりちー(昆布炒め) ・ いなむち(沖縄豚汁)

24日(火) 牛肉コロッケ

- コッペパン ・ 野菜ソテー ・ 五目卵焼き
- ひじきのマヨ和え ・ ミネストローネ
- マーシャルビーンズ

25日(水) ヤンニョムチキン

- 三色ナムル ・ キムたくビーフン
- キャラメルポテト ・ ジョア(マスカット)

26日(木) 豚肉とさつま芋の甘辛ごま炒め

- 小松菜のおひたし ・ 白身魚のカレー揚げ
- 野菜の甘酢和え ・ 大根のみそ汁

27日(金) 魚の黒糖梅肉ソース

- こぶきいも ・ 冬瓜と厚揚げの煮物
- フルーツ白玉

30日(月) 麻婆じゃが

- わかめサラダ
- チキンナゲット

令和7年
6
June

今月の
デザートマークは
これ!!

6月のイベント献立

- 4日～10日: 歯と口の健康週間
根菜などの噛み応えのある食材や、骨ごと食べられるカルシウムたっぷりの食材をたくさん取り入れました!
- 19日: 食育の日(認定こども園・小・中学校連携献立)
今年度の連携献立は「SDGs」がテーマとなっています! 6月は「11.住み続けられるまちづくりを」の目標に沿い、災害時の食事に役立つ乾物を取り入れています。
- 23日: 沖縄慰霊の日
太平洋戦争で戦場となり犠牲となった多くの人々を追悼する日です。沖縄の食材や郷土料理で、めいっぱい沖縄を感じてもらえる献立を意識しました!