

6 月 予 定 献 立 表

令和7年度6月

六郷工科・大森グループ

月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	
ご飯 さばのみそ煮 五目きんぴら みぞれ椀 牛乳 	ご飯 ダージーパイ (台湾風からあげ) ♪ キャベツのサラダ 野菜の含め煮 みそ汁 牛乳	ミートソーススパゲティ- 海藻サラダ 白いんげんのポタージュ 果物 牛乳	麦ご飯 酢豚 キャベツの中華ごまだれ 中華スープ 牛乳	枝豆ごはん 豆腐のステ-キめんたいこかけ 肉じゃが 具沢山のみそ汁 牛乳 	5月23日 この週の締切は
エネルギー 742 kcal たんぱく質 34.0 g 脂質 27.5 g 食塩相当量 2.8 g	エネルギー 842 kcal たんぱく質 37.3 g 脂質 34.2 g 食塩相当量 3.2 g	エネルギー 835 kcal たんぱく質 35.7 g 脂質 35.0 g 食塩相当量 3.4 g	エネルギー 728 kcal たんぱく質 30.5 g 脂質 22.8 g 食塩相当量 3.9 g	エネルギー 747 kcal たんぱく質 29.9 g 脂質 23.3 g 食塩相当量 4.2 g	
9日 キムチチャーハン チャブチェ 卵スープ 果物 牛乳 	10日 六郷のみ ご飯 コロッケ わかめサラダ みそ汁 牛乳	11日 ご飯 とりの照り焼き ごまマヨネーズサラダ つみれ汁 牛乳 	12日 ご飯 魚のムニエル マカロニサラダ ペイザンヌスープ 牛乳 	13日 六郷のみ セ-ファン(鶏飯) にんじんしりしり サイダーポンチ♪ 牛乳	5月30日 この週の締切は
エネルギー 708 kcal たんぱく質 30.4 g 脂質 22.7 g 食塩相当量 4.4 g	エネルギー 855 kcal たんぱく質 31.4 g 脂質 30.6 g 食塩相当量 3.8 g	エネルギー 808 kcal たんぱく質 35.5 g 脂質 32.1 g 食塩相当量 3.9 g	エネルギー 791 kcal たんぱく質 33.8 g 脂質 30.8 g 食塩相当量 2.5 g	エネルギー 707 kcal たんぱく質 32.2 g 脂質 21.9 g 食塩相当量 4.2 g	
16日 ご飯 マーボー豆腐 青菜の中華風サラダ 白菜と豚肉のス-プ フルーツ牛乳	17日 そぼろ丼 野菜のごまあえ みそスープ 牛乳	18日 ご飯 豚肉のしょうが焼き ゆでキャベツ ごぼうサラダ みそ汁 牛乳	19日 チキンライス サイコロサラダ コーンポタージュ プリン♪ 牛乳 	20日 タコご飯 千草焼き 粉ふきいも からし和え けんちん汁 牛乳	6月6日 この週の締切は
エネルギー 726 kcal たんぱく質 32.5 g 脂質 16.8 g 食塩相当量 3.8 g	エネルギー 760 kcal たんぱく質 32.9 g 脂質 26.6 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 806 kcal たんぱく質 37.9 g 脂質 34.4 g 食塩相当量 3.7 g	エネルギー 882 kcal たんぱく質 32.2 g 脂質 35.7 g 食塩相当量 4.4 g	エネルギー 783 kcal たんぱく質 41.0 g 脂質 25.7 g 食塩相当量 5.2 g	
23日 ご飯 テジブルコギ きゅうりの@漬け トック 牛乳 	24日 チキンカレー 海藻サラダ フルーツヨーグルト 牛乳	25日 ご飯 焼き魚 おかか和え 野菜炒め 豚汁 牛乳 	26日 カオマンガイ ヤムウンセン タイ風白菜のス-プ コーヒ-ゼリー 牛乳	27日 ご飯 照り焼きハンバーグ キャロットラペ 豆のトマトス-プ煮 牛乳 	6月13日 この週の締切は
エネルギー 769 kcal たんぱく質 35.0 g 脂質 21.7 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 887 kcal たんぱく質 30.4 g 脂質 30.7 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー 777 kcal たんぱく質 34.8 g 脂質 31.1 g 食塩相当量 4.3 g	エネルギー 780 kcal たんぱく質 46.2 g 脂質 19.4 g 食塩相当量 3.1 g	エネルギー 813 kcal たんぱく質 32.0 g 脂質 29.9 g 食塩相当量 2.4 g	
30日 わかめご飯 五目卵焼き だいこんツナサラダ 沢煮椀 牛乳	6月1日は牛乳の日 6月は牛乳月間  				6月20日 この週の締切は
エネルギー 783 kcal たんぱく質 32.2 g 脂質 32.4 g 食塩相当量 4.0 g	牛乳からできる食品は何があるの?        				

※献立は都合により変更することがあります。♪…リンクエストメニューです。