

6月分予定献立表

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">みりかえきゅうじつ 振替休日</div> <div style="text-align: center;">○ごはん</div> <div style="text-align: center;">じゃがいもとわかめのみそしる</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○とうふ ○わかめ ★たまねぎ ★はくさい ★こまつな ★にんじん </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★えのきだけ ★くろあわびたけ □じゃがいも ○みそ だしバック </div> </div> <div style="text-align: center;">※とうふハンバーグ(シャリアピンソース)</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○※とうふハンバーグ ★たまねぎ ★にんにく ★レモン しょうゆ </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> さとう みりん あかワイン かたくりこ こしょう </div> </div> <div style="text-align: right;">577kcal</div>	<div style="text-align: center;">○※ジョア</div> <div style="text-align: center;">○ごはん</div> <div style="text-align: center;">きんぴらだいに</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ぶたにく ○だいず ○ひらてん ★ごぼう ★にんじん ★れんこん ★いんげん </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★こんにやく しょうゆ さとう ざけ みりん □こまあぶら </div> </div> <div style="text-align: center;">○※さきみそフライ(2こ)</div> <div style="text-align: center;">よくかんで 食べよう!</div> <div style="text-align: right;">618kcal</div>	<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">チキンピーズ</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○とりにく ○だいず ★たまねぎ ★にんじん ★しめじ ★ねぎ ★ごぼう ★にんじん ★れんこん ★いんげん </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> □じゃがいも トマトピューレー ケチャップ コンソメ さとう </div> </div> <div style="text-align: center;">チーズいりグリーンサラダ</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ツナ ○チーズ ★キャベツ ★きゅうり ★プロッコリー </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> す さとう □こめあぶら しょうゆ しお </div> </div> <div style="text-align: right;">600kcal</div>	<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○ごはん</div> <div style="text-align: center;">あつあげとたけのこのいためもの</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ぶたにく ○あつあげ ★たまねぎ ★もやし ★たけのこ ★にんじん ★しいたけ </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★しょうが しょうゆ さとう オスターソース □こまあぶら ちゅうかだし かたくりこ </div> </div> <div style="text-align: center;">○※しゅうまい(2こ)</div> <div style="text-align: center;">6月は 保育園 月間です!</div> <div style="text-align: right;">681kcal</div>	
9	10	11	12	13
<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">ABCマカロニスープ</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ベーコン ★キャベツ ★だいこん ★たまねぎ ★こまつな とりにくのラタトゥイユソース ○とりにく しお さけ ★たまねぎ ★にんじん ★スッキーニ ★パプリカ </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★にんじん ★クレソン □マカロニ コンソメ こしょう ★トマト トマトピューレー ケチャップ ウスターソース さとう こしょう </div> </div> <div style="text-align: right;">599kcal</div>	<div style="text-align: center;">○※ジョア</div> <div style="text-align: center;">○ごはん</div> <div style="text-align: center;">てつりふりかけ</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ちりめんじゃこ ○かつおぶし ○しおこんぶ □こま </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> みりん す しょうゆ さとう </div> </div> <div style="text-align: center;">こじる</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ぶたにく ○とうふ しお さけ ★たまねぎ ★はくさい ★にんじん </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★ねぎ ★こんにやく □じゃがいも ○みそ だしバック </div> </div> <div style="text-align: center;">○※いわしのうめに</div> <div style="text-align: center;">ほねごとたべられます。</div> <div style="text-align: right;">569kcal</div>	<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">デジブルコギどん</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○ぶたにく ★にんにく ★しょうが ★たまねぎ ★もやし ★にんじん ★チンゲンサイ ★しいたけ ★りんご </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★こんにやく □こま □こまあぶら ○みそ しょうゆ さとう ざけ トウバンジャン かたくりこ </div> </div> <div style="text-align: center;">○※はるまき</div> <div style="text-align: right;">636kcal</div>	<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">やきそば</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○やきそばめん ○ぶたにく ○ちくわ ★キャベツ </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★たまねぎ ★にんじん こしょう ざけ </div> </div> <div style="text-align: center;">きりぼしだいごんのサラダ</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○とりにく ★きりぼしだいごん ★きゅうり ★にんじん ★どうもろこし </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> □こま しょうゆ す さとう </div> </div> <div style="text-align: right;">636kcal</div>	<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○ごはん</div> <div style="text-align: center;">こうやどうふのふくめに</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○とりにく ○こうやどうふ ○ひらてん ★だいこん ★にんじん ★いんげん </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★こんにやく しょうゆ さとう みりん ざけ さとう </div> </div> <div style="text-align: center;">しろみさかなのきんざんじみそやき</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○たら ○きんざんじみそ </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> □たまごなしマヨネーズ </div> </div> <div style="text-align: center;">わかやまけんでうまくだみそです!</div> <div style="text-align: right;">581kcal</div>
16	17	18	19	20
<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">ジュリエンスープ</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ベーコン ★たまねぎ ★キャベツ ★もやし ★にんじん </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★いんげん ★くろあわびたけ □じゃがいも コンソメ こしょう </div> </div> <div style="text-align: center;">※ハンバーグ(デミグラスソース)</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○※ハンバーグ ★たまねぎ ★トマト デミグラスソース </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ケチャップ ウスターソース さとう </div> </div> <div style="text-align: right;">576kcal</div>	<div style="text-align: center;">○※ジョア(いちご)</div> <div style="text-align: center;">○ごはん</div> <div style="text-align: center;">なつぷたじる</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ぶたにく ★たまねぎ ★とうがん ★かぼちや ★ふわとろがなす </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★にんじん ★しめじ ★しょうが ○みそ だしバック </div> </div> <div style="text-align: center;">○※さばのしょうがに</div> <div style="text-align: center;">ほねごとたべられます。</div> <div style="text-align: right;">569kcal</div>	<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">マーボートマト&なすどん</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○とりにく ○ぶたにく ○だいず ○とうふ ★ふわとろがなす ★たまねぎ ★トマト ★ねぎ ★しいたけ ○ちりめんじゃこ ○わかめ ★きゅうり ★しんしょうが ★パレンシアオレンジ </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★しょうが ★にんにく ○みそ しょうゆ さとう かたくりこ トウバンジャン ちゅうかだし す さとう しょうゆ みりん わかやまけんさんです。 </div> </div> <div style="text-align: center;">ハニーレモンチキン(2こ)</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○とりにく ★レモン しお こしょう </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> かたくりこ しょうゆ みりん はちみつ </div> </div> <div style="text-align: right;">585kcal</div>	<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">いわでっこカレーライス</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○とりにく ★たまねぎ ★にんじん </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★ねぎ ★しょうが ★じゃがいも ★マカロニ ★キャベツ ★スッキーニ ★レモン しお こしょう </div> </div> <div style="text-align: center;">ハニーレモンチキン(2こ)</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○とりにく ★レモン しお こしょう </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> かたくりこ しょうゆ みりん はちみつ </div> </div> <div style="text-align: center;">6がつからはなつやさいがたっぷり!</div> <div style="text-align: right;">615kcal</div>	<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○ごはん</div> <div style="text-align: center;">ひじきいりそばうどん</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○たまご ○とりにく ○こうやどうふ ○ひじき ★にんじん </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★いんげん ★しょうが しょうゆ さとう ざけ みりん </div> </div> <div style="text-align: center;">じゃこあえ</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ちりめんじゃこ ★だいごん ★きゅうり □こまあぶら </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> す さとう しょうゆ </div> </div> <div style="text-align: right;">613kcal</div>
23	24	25	26	27
<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">チリコンカン</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ぶたにく ○ミックスピーズ ○だいず ★たまねぎ ★にんじん ★トマト ★しめじ トマトピューレー ケチャップ コンソメ こんやくとかいそうのサラダ ○かいそうミックス ★きゅうり ★どうもろこし </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> あかワイン ハヤシルウ ウスターソース ★キャベツ さとう カレーこ チリパウダー こしょう コンソメ コンソメ しょうゆ こんにやく しぞドレッシング </div> </div> <div style="text-align: right;">576kcal</div>	<div style="text-align: center;">○※ジョア</div> <div style="text-align: center;">○揚げりょうゆかりごはん</div> <div style="text-align: center;">○ひやうどん</div> <div style="text-align: center;">ささみとキャベツのばいにくあえ</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○とりにく ★キャベツ ★きゅうり ★うめ </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> しょうゆ さとう す </div> </div> <div style="text-align: center;">○※はんぺんフライ</div> <div style="text-align: center;">※めんつゆ(クラス1~2ほん)</div> <div style="text-align: right;">631kcal</div>	<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">ユイミタン</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○とりにく ○ぶたにく ○とうふ ★たまねぎ ★キャベツ ★どうもろこし ★にんじん </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★えのきだけ ★ねぎ ★しょうが ちゅうかだし ざけ こしょう かたくりこ </div> </div> <div style="text-align: center;">○※あまずくだんご(2こ)</div> <div style="text-align: center;">※ケチャップクラス1ほん</div> <div style="text-align: right;">570kcal</div>	<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">ポトフ</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ベーコン ★たまねぎ ★だいごん ★にんじん ★しめじ </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★どうもろこし ★プロッコリー □じゃがいも コンソメ こしょう </div> </div> <div style="text-align: right;">615kcal</div>	<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○ごはん</div> <div style="text-align: center;">ひじきいりそばうどん</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○たまご ○とりにく ○こうやどうふ ○ひじき ★にんじん </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★いんげん ★しょうが しょうゆ さとう ざけ みりん </div> </div> <div style="text-align: center;">じゃこあえ</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ちりめんじゃこ ★だいごん ★きゅうり □こまあぶら </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> す さとう しょうゆ </div> </div> <div style="text-align: right;">613kcal</div>
30	6月使用予定の 市内産・県内産野菜と果物			30
<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">ひよこめとやさいのスープ</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○とりにく ○ベーコン ★たまねぎ ★はくさい ★プロッコリー ★にんじん </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ★クレソン □ひよこめ □じゃがいも コンソメ こしょう </div> </div> <div style="text-align: center;">しろみさかなのマヨネーズやき</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> ○たら □たまごなしマヨネーズ </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> しょうゆ </div> </div> <div style="text-align: center;">※いわてしんをつかうよいです。</div> <div style="text-align: right;">575kcal</div>	<div style="text-align: center;"> <p>岩出市の食材が使われている日は、そうへいちゃん のイラストをのせ、食材名を太字にしています。</p> <p>※材料の都合により、献立を変更する場合があります。</p> </div>			<div style="text-align: center;">○牛乳</div> <div style="text-align: center;">○パン</div> <div style="text-align: center;">6月は牛乳月間です。</div> <div style="text-align: center;">毎日 コッ コッ 牛乳を飲みましょう。</div> <div style="text-align: right;">598kcal</div>

**6月使用予定の
市内産・県内産野菜と果物**

クレソン、黒あわびたけ、
ねぎ、唐、ふわとろ長なす、
胡瓜、冬瓜、玉ねぎ、人参、
トマト、パレンシアオレンジ、
デラウェア



岩出市の食材が使われている日は、
そうへいちゃん
のイラストをのせ、食材名
を太字にしています。



※材料の都合により、献立を変更する場合があります。

岩出市 産物 月間

1. ミルク



2. 牛乳を飲む!



3. 牛乳を飲む!

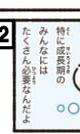


4. 牛乳を飲む!



岩出市 産物 月間

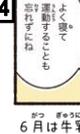
1. ミルク



2. 牛乳を飲む!



3. 牛乳を飲む!



4. 牛乳を飲む!

