


2025年 6月 食給予定献立表				(盲学校・熊本聾学校)			
日付	曜	朝 食	エネルギー		夕 食	エネルギー	備 考
2日	月	麦ごはん 春雨スープ さんまのみぞれ煮 コーンバター炒め	575 kcal	***** 歯と口の健康週間 *****	チキンライス ポテトスープ 魚のムニエル 豆腐サラダ ケーキ	700 kcal	誕生会
3日	火	麦ごはん じゃがいものみそ汁 大豆と豆腐のフライ ウィンナーと野菜のソテー	574 kcal	6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。噛みごたえのある食材には、茎わかめやごぼう、きくらげなど様々な食材があります。6月4日～10日には、噛みごたえを意識したメニューを加えています。自分たちの歯と口の健康を守るために、噛むことを意識しながら食べてください。	麦ごはん 豆乳スープ おろしハンバーグ 豚肉ときこの塩だれ炒め	702 kcal	
4日	水	麦ごはん 玉ねぎのみそ汁 厚巻きたまごウィンナー もやしと人参の炒め物	546 kcal	 セレクトメニュー 今月のセレクトメニューは、「グリルチキンのトマトソースがけ」、「グリルフィッシュのトマトソースがけ」の2種類です。淡泊な味わいの鶏肉と、魚には白身魚を使用し、コクのあるトマトソースをかけて仕上げます。食べてみたいという気持ちを大切にしたり、栄養面を考え選んでみたり、毎月のセレクトメニューを楽しんでください。 ----- 6月旬の食材	麦ごはん 厚揚げの中華風煮 手作り春巻き もやしときくらげの中華和え	768 kcal	
5日	木	麦ごはん 豆腐のみそ汁 いわしのトマト煮 ちくわと野菜の煮物	594 kcal		麦ごはん 豚汁 魚と野菜のマヨチーズ焼き 茎わかめのきんぴら	700 kcal	
6日	金	麦ごはん チンゲンサイのみそ汁 ミートハンバーグ れんこんの味噌マヨ炒め	633 kcal				
9日	月	麦ごはん かぼちゃのみそ汁 いわし梅煮 小松菜の煮びだし	571 kcal		ごはん 親子煮 魚の塩焼き 酢の物	721 kcal	
10日	火	麦ごはん 厚揚げのみそ汁 厚焼きたまご カレーソテー	531 kcal		麦ごはん 長ネギとつくねスープ みそ豚 豆腐サラダ	706 kcal	
11日	水	麦ごはん 大根のみそ汁 照り焼きパティ きんぴらごぼう	585 kcal		麦ごはん コーンポタージュ 魚のキャロット焼き きのこ野菜のソテー	708 kcal	
12日	木	麦ごはん 肉団子スープ 魚のマヨネーズ焼き きのこソテー	554 kcal		セルフおにぎり(少なめ) ちくわの磯辺揚げ うどん ツナマヨサラダ	715 kcal	
13日	金	わかめご飯 油揚げのみそ汁 和風きんぴら包み焼き じゃこ炒め	599 kcal				
14日	土	麦ごはん ビーフンスープ いわしのおかか煮 ほうれん草ソテー					盲学校 朝食実施 (熊登公開デー)
16日	月	麦ごはん ビーフンスープ いわしのおかか煮 ほうれん草ソテー	585 kcal			麦ごはん 八宝菜 油淋鶏 小松菜の和え物	701 kcal
17日	火	麦ごはん きゃべつのみそ汁 さんまの甘露煮 ひじきの炒り煮	592 kcal		麦ごはん そうめん汁 ささみのチーズ焼き 五目とえ 牛乳寒天	702 kcal	
18日	水	麦ごはん なすのみそ汁 ベーコンエッグ じゃがいものきんぴら	583 kcal		ハヤシライス メンチカツ コールスローサラダ	755 kcal	
19日	木	パン(メロン、バター、穀物) マーシャルピーンズ コンソメスープ チキンナゲット 野菜ソテー	540 kcal		高菜めし みそだご汁 ししゃもフライ 切り干し大根の酢の物	740 kcal	ふるさとくまんデー
20日	金	麦ごはん えのきのみそ汁 トマトオムレツ ベーコンと野菜の炒め物	613 kcal				
23日	月	麦ごはん 豆腐のみそ汁 千草焼き レンコンの昆布煮	562 kcal		麦ごはん じゃがいものそばろ煮 魚の塩麹焼き ちりめんとなッツの和え物	702 kcal	
24日	火	麦ごはん 小松菜のみそ汁 ソーゼーラステーキ じゃがいもの味噌マヨ炒め	691 kcal	6月旬の食材	麦ごはん ゴロツク みぞれちゃん汁 ひじき炒め	705 kcal	
25日	水	麦ごはん ワンタンスープ いかねぎ焼き ごぼうの甘辛煮	541 kcal	・いんげん ・えだまめ ・ししとう ・トマト ・さくらんぼ ・メロン ・あじ ・かつお など	ガーリックライス クリームスープ セレクトメニュー グリルチキンのトマトソースがけ グリルフィッシュのトマトソースがけ ハニーサラダ	733 kcal 640 kcal	セレクト
26日	木	麦ごはん わかめのみそ汁 いわし生姜煮 きゃべつとツナの炒め物	628 kcal		麦ごはん 中華風たまごスープ チャプチェ 蒸しささみときくらげの和え物 フルーツ杏仁	747 kcal	
27日	金	麦ごはん 大根のみそ汁 照り焼きチキン 彩り野菜ソテー	593 kcal				
30日	月	麦ごはん きのこのみそ汁 根菜肉詰め信田煮 菜焼き ふりかけ	641 kcal	どんな食材が使われているか見つけてみて下さい♪	麦ごはん 初夏野菜のボトフ ラビオリミートソース焼き マヨマスタード炒め	715 kcal	
食食回数 盲学校・聾学校・・・朝21回、夕17回 ※献立は変更される場合があります。							