



2025年 6月もいつけ表



月	火	水	木	金
2 季節の料理 にくやさしいため ごはん チンゲンサイとたまごのスープ	3 ひゅうがなつ ノンエッグ はさむ はいがパン ツナサンドのく やさいとベーコンのスープ ＜ツナサンド＞	4 ぎゅうりのすのもの ごはん いりどり	5 季節の料理 いかにつけ きゅうりのばいにくあえ ごはん じゃがいものみそしる	6 ひじきいりサラダ ヨーグルト ごはん ハヤシルウ ＜ハヤシルライス＞
9 さわらのしおやき だいすとかめもの ごはん かきたまじる	10 地場産物を使用した料理 やさいチップス パン とうふのカレーいために	11 リザーフきゅうしょく♪ Aかつおふりかけ/ Bひじきのりつくだに Aわかどり/Bぶたにくの てりやき キャベツときゅうりのあえもの ごはん にらとじゃがいものみそしる	12 かんてんサラダ ちゅうかめん かける ジャージャーめんのぐ ＜ジャージャーめん＞	13 ☆ラッキーにんじんの日☆ もみのり はるさめのあえあもの とりめし とうふのすましじる
16 ふりかえきゅうぎょうび ごはん	17 地場産物を使用した料理 ノンエッグ マヨネーズ キャベツとりにく はさむ パン もちむぎいりやさいスープ ＜つらじまバーガー＞	18 あげさばのあますかけ こまつなのいために ごはん なつけんちんじる	19 キャベツのレモンあえ ごはん ようふうのにくじゃが	20 地場産物を使用した料理 ちぬのからあげ きんぴら ごはん せんざりだいこんのみそしる
23 郷土料理(沖縄県) こまつなのシークワーサーあえ ごはん ゴーヤチャンプルー	24 ブルー じゃがいものチーズやき パン レタスのスープ	25 季節の料理 キャベツのあますあえ げんまいいりごはん じゃがいものそぼろに	26 ひじきいりちゅうかのあえもの ソフトめん かける はっぼうめんのぐ ＜はっぼうめん＞	27 アイティア料理 こまつなのからしあえ ごはん きゅうしょくどんのぐ ＜きゅうしょくどん＞
30 ちゅうかのすのもの ごはん マーボーどうふ	今月の もくひょう 手や身のまわりを きれいにしよう！ 石けんを使って 手を 洗おう！			