

令和8年



6月



献立カレンダー

国産米を使用
しています

栄養成分表記はおかずのみの
成分値です。ご飯は、100gあたり
168kcalです。

麺の日

暑さで食欲がわかない時でもツルツル
と美味しい冷やし麺をお届けいた
します。※冷やし麺の日はご飯の
お届けはございません。

1
-月-



チーズメンチカツ

エネルギー313kcal / タンパク質10.1g / 脂質17.4g

2
-火-



ヤンニョムチキン

エネルギー430kcal / タンパク質14.9g / 脂質25.7g

3
-水-



豚肉と野菜の炒め

エネルギー189kcal / タンパク質8.4g / 脂質6.8g

4
-木-



いわしの蒲焼風

エネルギー287kcal / タンパク質11.6g / 脂質11.7g

5
-金-



とんかつ

エネルギー327kcal / タンパク質13.2g / 脂質17.5g

6
-土-



お楽しみ メニュー

8
-月-



白身魚の青のりフライ

エネルギー284kcal / タンパク質12.1g / 脂質13.6g

9
-火-



照り焼きハンバーグ

エネルギー265kcal / タンパク質11.4g / 脂質10.4g

10
-水-



すき焼き風煮

エネルギー748kcal / タンパク質12.5g / 脂質34.8g

11
-木-



カレールーフライ

エネルギー303kcal / タンパク質8.5g / 脂質13.5g

12
-金-



アジフライ

エネルギー298kcal / タンパク質11.3g / 脂質15.7g

13
-土-



お楽しみ メニュー

15
-月-



牛肉コロッケ

エネルギー318kcal / タンパク質10.7g / 脂質16.3g

16
-火-



いわし天ぷら

エネルギー270kcal / タンパク質11.6g / 脂質10.4g

17
-水-



オムレツカレーソース

エネルギー294kcal / タンパク質13.2g / 脂質15.1g

食中毒防止のご協力とお願い

笑顔と健康をお届けします。おいしい、楽しい、うれしい健康メニュー
●昼食は配達当日の午後1時迄にお召し上がりください。
●直射日光の当たる場所、極端に温度の高い場所、湿度の多い場所へは置かないで下さい。
●陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください。
●材料入手の関係上、献立を多少変更する場合がございますのでご了承ください。

●食数の変更は**午前9時10分**で打ち切らせていただきます。尚、ご連絡は間違い防止の為**FAX**でお願いします。
●お弁当の種類により、写真とは内容が異なる場合がございます。

「安心」「安全」「健康」をテーマにお弁当の販売と製造を中心とした総合食卓提案企業を目指します。

- 給食配達サービス
- 介護食在宅配食サービス
- 食堂給食業務委託サービス



株式会社 米吾

米子市奈喜良248-4

TEL.0859-26-1511 FAX.0859-26-1512

令和8年



6月



献立カレンダー

国産米を使用
しています

栄養成分表記はおかずのみの
成分値です。ご飯は、100gあたり
168kcalです。

麺の日

暑さで食欲がわかない時でもツルツル
と美味しい冷やし麺をお届けい
たします。※冷やし麺の日はご飯の
お届けはございません。

18
-木-



チキンカツ

エネルギー266kcal / タンパク質13.7g / 脂質8.3g

手作りソース付き

19
-金-



鱈の南蛮漬け

エネルギー329kcal / タンパク質15.9g / 脂質14.1g

20
-土-



お楽しみ
メニュー

22
-月-



白身魚のフライ

エネルギー283kcal / タンパク質11.7g / 脂質12.8g

23
-火-



えびかつ

エネルギー283kcal / タンパク質11.2g / 脂質14.9g

24
-水-



天ぷら盛り

エネルギー924kcal / タンパク質15.5g / 脂質48.3g

うどん

25
-木-



ハンバーグ トマトソース

エネルギー439kcal / タンパク質12.4g / 脂質31.9g

26
-金-



鶏の梅あんかけ

エネルギー422kcal / タンパク質13.6g / 脂質23.2g

27
-土-



お楽しみ
メニュー

29
-月-



回鍋肉

エネルギー229kcal / タンパク質12.3g / 脂質10.6g

30
-火-




カレーコロッケ

エネルギー375kcal / タンパク質7.1g / 脂質20.8g

麺の日 おかずトッピング

「麺の日」のメインメニューは、うどん
や冷麺にトッピングしても美味しく
お召し上がりいただけるように
しています。



**今月の
主な行事**

- ・衣替え(1日)
- ・梅の日(6日)
- ・傘の日(11日)
- ・父の日(21日)
- ・露天風呂の日(26日)
- ・パフェの日(28日)

食中毒防止のご協力とお願い

笑顔と健康をお届けします。おいしい、楽しい、うれしい健康メニュー

- 昼食は配達当日の午後1時迄にお召し上がりください。
- 直射日光の当たる場所、極端に温度の高い場所、湿度の多い場所へは置かないで下さい。
- 陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください。
- 材料入手の関係上、献立を多少変更する場合がございますのでご了承ください。

- 食数の変更は**午前9時10分**で打ち切らせていただきます。尚、ご連絡は間違い防止の為**FAX**でお願いします。
- お弁当の種類により、写真とは内容が異なる場合がございます。

「安心」「安全」「健康」をテーマにお弁当の販売と製造を中心とした総合食卓提案企業を目指します。

- 給食配達サービス
- 介護食在宅配食サービス
- 食堂給食業務委託サービス

株式会社 米吾 KOMEGO 米子市奈喜良248-4

TEL.0859-26-1511 FAX.0859-26-1512