

令和 5年 配食サービス 7月後半予定献立表 ( 7/16 ~ 7/31)

日	月	火	水	木	金	土
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
豚肉のくわ焼き 豆腐の味噌汁 ごぼうの五目炒め キャベツの酢の物 菜の花の和え物	鯖の塩麹焼き 茶碗蒸し・筑前煮 ほうれん草の白和え あさりの酢味噌 大根の甘酢漬け	鯖の利久焼き 里芋汁・切干和え 茄子のしぎ焼き 小松菜の煮浸し キャベツの和え物	松風焼き 麩の汁・蒸さつま芋 大根とがんもの煮物 菜の花の辛子和え きゅうりの酢の物	鮭の南蛮漬け わかめの味噌汁 切干大根の煮物 白菜のじゃこ和え インゲンごま味噌	鶏肉のスパイス焼き シーフードカレー 蓮根のサラダ 春雨の酢の物 もやしの和え物	牛焼肉・白菜キムチ 玉子スープ 里芋とイカの煮物 もやしのナムル 大根の甘酢和え
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
ホッケの塩焼き 味噌けんちん汁 白菜と豚肉の煮物 インゲンの胡麻和え 春雨酢・大根漬け	赤魚のコーンマヨ焼 餃子スープ ツナポテトサラダ ピーマンしらす炒め カニカマの酢の物	鶏肉のくわ焼き かき玉汁・揚アスパラ 南瓜の煮物 インゲンの和え物 大根の酢の物	鱈の西京焼き 菜の花和え・おでん 炒り卵の花 南瓜団子 きゅうりの酢の物	和風ハンバーグ じゃが芋の味噌汁 回鍋肉 ほうれん草の和え物 春雨サラダ	鯿フライ コーンスープ アスパラの牛肉炒め コールスロー ごぼうサラダ	鰯の照り焼き ちくわ天・豆腐の汁 茄子の炒め物 小松菜の胡麻和え わかめの酢の物
30日	31日					
鰻の蒲焼き・南瓜煮 冷うどん 牛肉の柳川風 大根の梅しそ和え きゅうりの酢の物	鰻の漬け焼き 油揚げの味噌汁 豆腐と豚肉の炒め物 玉ねぎのイカサラダ 隠元和・芋の甘煮					

※献立には、ご飯物と汁物がついております。

※1食の栄養価は配食サービスの献立表に記載しておりますが、普通食でエネルギー650~750キロカロリー  
たんぱく質20~30g・塩分2~3g程度となっております。

ご飯物は量や硬さの調節、おかゆなど対応しております。

※食材の仕入れ等で献立に変更がある場合もありますが、ご了承願います。



北広島市社会福祉協議会 (電話 372-1698)