

令和6年 配食サービス 10月後半予定献立表 (10/16 ~ 10/31)

日	月	火	水	木	金	土
			16日	17日	18日	19日
			ミートローフ 白菜のクリーム煮 蓮根サラダ・揚げしし唐 わかめのごま酢和え 春雨の和え物	鮭の照り焼き 豆腐汁・茄子天 ごぼうのキンピラ ちくわの酢味噌 小松菜の和え物	豚肉の生姜焼き 鱈汁 切干大根の炒め煮 きゅうりの酢の物 白菜の塩昆布和え	赤魚の塩麴焼き 根菜団子汁 大根とイカの煮物 ほうれん草のマヨ和え もやし酢・揚げ茄子浸し
20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
カツとじ きのこの味噌汁 高野豆腐の煮物 隠元ツナ和え 白菜のなめ茸和え	鯡の漬け焼き 白菜の汁・ちくわ天 豆腐のチャンプルー もやしの和え物 わかめの酢の物	和風ハンバーグ あさりのチャウダー ポテトサラダ 大根のマリネ風 ほうれん草の和え物	鶏肉の西京焼き つみれ汁 切干大根の煮物 春雨サラダ もやしの土佐酢和え	鯖の味噌煮 わかめの味噌汁 根菜とふきの煮物 きゅうりの酢の物 菜の花の辛し和え	えびフライ・タルタルソース 鶏肉のクリーム煮 里芋のマヨサラダ 白菜の酢の物 コールスロー	ホッケの塩麴焼き じゃが芋の味噌汁 キャベツの玉子とじ わかめ酢・大根漬け 小松菜の和え物
27日	28日	29日	30日	31日		
鮭塩焼き・なめこおろし 油揚げの味噌汁 里芋の煮物 もやしのマヨ和え インゲン胡麻和え	鶏肉スパイス焼き 野菜カレー 南瓜サラダ 大根のあちゃらと和え キャベツのマリネ風	鯖の利久焼き なめこ汁・蓮根天 白菜のそぼろあん ごぼうサラダ あさりのしぐれ煮	鰯の味噌漬け焼き キャベツの味噌汁 大根と豚肉の煮物 揚げ茄子浸し ほうれん草の胡麻和え	えびフライ・タルタルソース 南瓜のクリーム煮 里芋のマヨサラダ わかめの酢の物 イカのマリネ		

※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700～800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)