

令和 6年 配食サービス 11月前半予定献立表 (11/1 ~ 11/15)

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|--|--|---|--|
| | | | | | 1日 | 2日 |
| | | | | | 豚肉のくわ焼き 白菜汁・蒸さつま芋 大根とイカの煮物 春雨の酢の物 ピーマンソテー | 鯿の味噌漬け焼き ふのりの汁・大根甘酢 炒り卵の花 隠元ツナ和え もやしのマヨ和え |
| 3日 | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 | 8日 | 9日 |
| 鰯の西京焼き 南瓜天・五目大豆 茶碗蒸し 筑前煮 ほうれん草の胡麻和え | 鶏肉の照り焼き 味噌けんちん汁 南瓜の煮物 白菜の酢の物 ピーマンじゃこ炒め | ホッケの塩焼き 大根おろし・なめこ汁 蓮根の肉キンピラ 菜の花の海苔和え インゲン胡麻和え | 鮭フライ・タルタルソース 白菜のクリーム煮 南瓜チーズサラダ わかめの酢の物 もやしの和え物 | チンジャオロース わかめスープ ジャーマンポテト 小松菜の和え物 キャベツの甘酢和え | 赤魚のマヨ焼き コーンスープ 牛肉のブルコギ風 春雨サラダ 大根の酢の物 | 鯖の塩麹焼き ちくわ天・せんべい汁 厚揚げとふきの炒め煮 きゅうりの酢の物 白菜の塩昆布和え |
| 10日 | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 | 15日 | |
| タンドリーチキン 玉子スープ タラモサラダ イカマリネ 小松菜の和え物 | 鮭の照り焼き じゃが芋の味噌汁 肉豆腐・大根漬け ほうれん草のお浸し 茄子味噌 | カキフライ・菜花和え タルタルソース ハッシュドビーフ 蓮根サラダ 春雨の酢の物 | 擬製豆腐 根菜豚汁 もやしのツナ炒め 大根の梅しそ和え 白菜のじゃこ和え | 蒸カレイの青しそおろし 麩の味噌汁 肉じゃが キャベツの胡麻マヨ和え もやしの酢の物 | 鯖の漬け焼き おでん・蒸しゅうまい 野菜の五目炒め わかめの酢の物 小松菜の和え物 | |

※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)