

## 令和 7年 配食サービス 2月前半予定献立表 ( 2/1 ~ 2/15)

日	月	火	水	木	金	土 1日
						鯖の塩麴焼き 茄子のおろし和え おでん・小松菜浸し ごぼうの五目炒め わかめの酢の物
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
鰯の梅煮 肉そば 筑前煮 五目大豆 菜の花のごま和え	和風ハンバーグ あさりのチャウダー 南瓜チーズサラダ 春雨の酢の物 小松菜のツナ和え	鰹の南蛮漬け 味噌けんちん汁 里芋の煮物 きゅうりの和え物 インゲンの胡麻和え	鶏肉のくわ焼き ピーマンソテー 豆腐汁・大根の酢の物 もやしのチャンプルー ほうれん草のお浸し	鯖の照り焼き 白菜浸し・きつねうどん 茄子の味噌炒め キャベツのごま酢和え なめこおろし	ホッケの味噌漬け焼き 豆腐の汁・芋団子 切干大根の煮物 わかめの酢の物 もやしのお浸し	鶏肉のタンドリー焼き 春雨スープ ポテトサラダ 枝豆のツナ和え わかめの酢の物
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
カツとじ 麩の味噌汁 大根とイカの煮物 もやしの酢の物 小松菜のお浸し	カキフライ・わかめ酢 ポークカレー 里芋のマヨサラダ キャベツのマリネ風 タルタルソース	鰯の漬け焼き 茶碗蒸し・蓮根天 炒り卵の花 南瓜団子 ほうれん草の和え物	鮭のスパイス焼き コーンスープ タラモサラダ アスパラのしめじ炒め 大根の甘酢和え	豚肉の生姜焼き なめこ汁 キャベツの玉子炒め 菜の花の和え物 イカの胡麻和え	鱈と野菜の煮物 根菜豚汁 炒り豆腐 隠元のツナ和え 蒸しゅうまい	蒸赤魚の甘酢あん 薩摩きのこ汁 大根と豚肉の炒め煮 白菜のじゃこ和え 春雨の酢の物

※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)