

平成 30年 配食サービスの1月前半予定献立表 (1/4 ~ 1/15)

日	月	火	水	木	金	土
<p>新年明けましておめでとうございます。今年もよりよい食事を提供できるように頑張りたいと考えております。 どうぞよろしくお願いいたします。</p> 				4日	5日	6日
				鯖の味噌煮 小松菜のお浸し かき玉汁 切干大根の炒め煮 隠元ツナ和え	カキフライ タルタルソース・蜜柑 ポークカレー 南瓜サラダ キャベツのマリネ	鰯の漬け焼き 大根の甘酢和え ワカメうどん・肉焼売 里芋の煮物 菜の花の和え物
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
鶏肉のスパイス焼き 中華スープ イカマリネ 春雨サラダ 小松菜の胡麻和え	鮭の味噌漬け焼き 竹輪の南部揚げ 茶碗蒸し・豆の甘煮 根菜の煮物 ほうれん草のお浸し	豚肉のピーマン炒め 薩摩汁 マカロニサラダ もやしの酢の物 大根のあちゃら漬け	鰹の蒲焼き風 南瓜の味噌汁 炒り卵の花 白菜の和え物 茄子のおろし和え	擬製豆腐 そうめん汁 大根とイカの煮物 キャベツのごま酢和え 小松菜の和え物	赤魚の有馬焼き 蓮根の天ぷら たぬきそば 肉豆腐・胡瓜の酢物 インゲン胡麻和え	鶏肉の塩麴焼き アスパラのソテー 春雨スープ・もやし和 ポテトサラダ 大根の梅しそ和え
14日	15日					
鰯の西京焼き じゃが芋団子 なめこ汁 豆腐のチャンプルー 小松菜の煮浸し	おろしハンバーグ けんちん汁 南瓜の煮物 茄子味噌 もやしの酢の物					

※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、ご了承ください。



北広島市社会福祉協議会 (電話 372-1698)