

平成 30年 配食サービスの1月後半予定献立表 (1/16 ~ 1/31)

日	月	火	水	木	金	土
		16日	17日	18日	19日	20日
		ホッケの塩麴焼き 大根の梅しそ和え きつねうどん 牛肉のプルコギ風 竹輪酢味噌・蒸薩摩芋	豚肉の生姜焼き 豆腐の味噌汁 ポテトサラダ 春雨の酢の物 小松菜の胡麻和え	鮭マヨ焼き・蜜柑 チキンのクリーム煮 シーフードビーフン 大根サラダ ほうれん草の海苔和え	鶏肉のきのこ炒め にら玉汁 じゃが芋の車麴煮 キャベツの和え物 ごぼうのツナ和え	鰯フライ 南瓜の味噌汁 茄子の味噌炒め きゅうりの酢の物 蒸し焼売
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
鯖の味噌漬け焼き オクラの天ぷら そうめん汁 蓮根の五目炒め もやしの酢の物	豚肉の塩だれ炒め 里芋の味噌汁 ふきの煮物 たたききゅうり 大根のなめ茸和え	鰯の漬け焼き さつま芋天・おでん もやしのチャンプルー 小松菜ごま味噌 白菜のお浸し	クリームコロッケ ハッシュドビーフ 南瓜のチーズサラダ アスパラソテー キャベツの甘酢和え	鰯の蒲焼き風 南瓜団子・山菜そば 大根のそぼろあん きゅうりの酢の物 青しそ茄子	鶏肉と大根の煮物 なめこ汁 野菜の五目炒め インゲン胡麻和え もやしのイカ和え	鮭の利久焼き 茄子の揚げ浸し 里芋の味噌汁 家常豆腐 もやしの味噌マヨ
28日	29日	30日	31日			
エビフライ・バナナ タルタルソース ポークチャップ ツナポテトサラダ 春雨の酢の物	赤魚の味噌漬け焼き 大根の酢の物 肉うどん 里芋の煮物 菜の花の和え物	ミートローフ わかめスープ 蓮根のサラダ コールソロー 小松菜の和え物	鯖の塩麴焼き 法蓮草和え・温麺 高野豆腐の煮物 きゅうりの酢の物 じゃが芋団子			

※献立には、ご飯物と汁物がついております。

※1食の栄養価は配食事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)