

# 平成 30年 配食サービスの8月前半予定献立表 ( 8/1 ~ 8/15)

日	月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日	4日
			牛肉のスタミナ焼き 冷たぬきそば 鰻とごぼうの玉子とし きゅうりの梅和え 南瓜団子	鰯の味噌漬け焼き オクラ天・蒸薩摩芋 なめこ汁 豆腐の炒め物 白菜の酢の物	鶏肉の山椒焼き 山菜そば 根菜の煮物 切干のあちゃら漬け ほうれん草の胡麻和え	鰯の南蛮漬け 揚げ出し豆腐 里芋のそぼろあん 菜の花の和え物 茄子のお浸し
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
とんかつ 野菜カレー 和風スパゲティ きゅうりの胡麻サラダ 果物(みかん)	鯖の塩麹焼き 竹輪の南部揚げ 豆腐汁・小松菜和え 大根と鶏肉の煮物 もやしの酢の物	松風焼き 三平汁 里芋とイカの煮物 わかめの酢の物 ごぼうのツナ和え	白身魚のスパイス焼き トックスープ ポテトサラダ 春雨の酢の物 イカマリネ	擬製豆腐 鱈汁 南瓜の煮物 わかめの酢味噌 ほうれん草の和え物	カレイの竜田揚げ 肉豆腐 じゃが芋の味噌汁 インゲン胡麻和え 白菜の塩昆布和え	鯖の西京焼き 白菜浸し・豆の甘煮 茶碗蒸し 筑前煮 きゅうりの酢の物
12日	13日	14日	15日			
鶏肉のきのこ炒め かき玉汁 大根とがんもの煮物 菜の花の海苔和え キャベツの和え物	赤魚の味噌漬け焼き 大根酢物・青しそ茄子 きつねうどん 肉じゃが もやしのマヨ和え	野菜とえびの天ぷら 冷そうめん汁 ごぼうの五目炒め 菜の花の和え物 竹輪の酢の物	鮭の野菜あんかけ 里芋の味噌汁 豚肉のきくらげ炒め 大根の酢の物 小松菜の胡麻和え			

※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)