

平成 31年 配食サービス3月後半予定献立表 (3/16 ~ 3/31)

日	月	火	水	木	金	土
31日						16日
赤魚のにらあんかけ さつま芋の味噌汁 肉豆腐 茄子のおろし和え キャベツの和え物						ミートローフ 鮭のクリーム煮 ポテトサラダ もやしの水雲和え わかめの酢味噌
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
ぶり大根 南瓜の味噌汁 厚揚げのベーコン炒め 小松菜の和え物 きゅうりの酢の物	クリームコロッケ チキンカレー 里芋のマヨサラダ カニカマの酢の物 果物(不知火)	ホッケの塩焼き 茄子天・おでん ごぼうの五目炒め 白菜の昆布茶和え さつま芋の甘煮	鶏肉のスパイス焼き コンスープ 南瓜サラダ きゅうりの酢の物 菜の花の和え物	鮭の味噌漬け焼き 豆の甘煮・茶碗蒸し 筑前煮 ほうれん草の胡麻和え ぼたもち	豚肉の生姜焼き 鱈汁 切干大根の煮物 小松菜の海苔和え わかめの酢の物	鯖と野菜の酢漬け かき玉うどん 里芋の煮物 隠元挽肉炒め 大根サラダ
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
蒸鶏のネギだれ 揚げオクラ・豆腐汁 ふきの煮物 春雨の酢の物 コールスロー	鯿の蒲焼き風 もやし浸し・芋団子 味噌けんちん汁 豚肉と茄子の炒め物 菜の花のマヨ和え	牛焼肉・白菜キムチ 中華スープ 南瓜の煮物 大根の五目和え もやしのナムル	鰻の味噌漬け焼き 竹輪天・山菜そば 炒り豆腐 ほうれん草の和え物 蒸し焼売	鶏手羽元の煮物 煮玉子・三平汁 もやしとツナの炒め物 キャベツのごま酢和え きゅうりの塩昆布和え	鯖の漬け焼き 白菜浸し・なめこ汁 肉野菜炒め インゲン胡麻和え 竹輪の酢の物	鮭の塩麴焼き 切干漬け・小松菜浸し あんかけそうめん じゃが芋の煮物 アスパラのごま味噌

※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)