

# 平成 31年 配食サービスの4月前半予定献立表 ( 4/1 ~ 4/15)

日	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	牛サイコロステーキ わかめスープ もやしのえび炒め きゅうりの酢の物 じゃが芋の甘煮	焼魚(糠にしん) 白菜和え・南瓜団子 かき揚げそば 大根とがんもの煮物 ほうれん草の味噌マヨ	サーモントルタル揚げ ポークカレー ジャーマンポテト わかめの酢の物 果物(白桃缶)	擬製豆腐 なめこ汁・切干和え 牛肉のしぐれ煮 小松菜の和え物 大学芋	鰯の梅だれ焼き にら玉汁菜花和え 茄子の味噌炒め 人参シリシリ 春雨の酢の物	唐揚げチキン 根菜のクリーム煮 ポテトサラダ 大根の酢の物 イカマリネ
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
鰹の南蛮漬け 豆腐ボールのスープ 筍の五目炒め キャベツの胡麻和え 隠元ツナマヨ和え	鰯の西京焼き 南瓜天・油揚げの汁 豚肉のきくらげ炒め あさりのしぐれ煮 もやしの和え物	鶏肉のくわ焼き 揚げ茄子・きつねうどん 大根のえびそぼろ ごぼうのサラダ ほうれん草の和え物	鯖の塩焼き 白菜浸し・かき玉汁 キャベツの味噌炒め きゅうりの酢の物 なめ茸おろし和え	豆腐ハンバーグ 春雨スープ 南瓜のツナサラダ もやしのナムル 小松菜の揚げ和え	赤魚の味噌漬け和え オクラ天・薩摩汁 白菜の親子とじ わかめの酢の物 菜の花の辛し和え	牛肉のたけのこ炒め ラーメンサラダ 里芋の煮物 鰯の酢の物 茄子の揚げ浸し
14日	15日					
鰯の漬け焼き かき揚げ天・そうめん汁 高野豆腐の煮物 白菜の梅しそ和え 牛肉のしめじ炒め	白身魚スパイス焼き 鶏肉の豆乳スープ チャプチェ たたききゅうり 大根の甘酢和え					

※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、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)