

令和 元年 配食サービスの7月前半予定献立表 (7/1 ~ 7/15)

日	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	ぶり大根 豆腐の味噌汁 蓮根の五目炒め 隠元のマヨ和え もやしの梅和え	鯖の味噌漬け焼き 茄子の揚げ浸し 冷うどん・肉じゃが タコのきゅうり和え 小松菜の和え物	牛焼肉・白菜キムチ わかめスープ 里芋とイカの煮物 春雨のサラダ もやしのナムル	赤魚のスパイス焼き 白菜豆乳クリーム煮 タラモサラダ コールスロー 大根の酢の物	鶏肉の梅マヨ炒め かき玉汁 ふきの煮物 法蓮草ピーナッツ和え わかめの酢の物	鯖の青しそおろし 白菜のなめ茸和え 里芋汁・あさり酢味噌 豆腐のチャンプルー 小松菜の胡麻和え
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
具沢山そうめん 細巻きといなり寿司 筑前煮・茄子味噌 菜の花の辛し和え インゲン胡麻和え	鰯の漬け焼き 蓮根天・なめこ汁 博多蒸しあんかけ 春雨の酢の物 もやしの味噌マヨ和え	カキフライ・パイン缶 タルタルソース キーマカレー ジャーマンポテト きゅうりの胡麻サラダ	ホッケの塩焼き 小松菜浸し・南瓜汁 大根とがんもの煮物 にら玉あんかけ 白菜の塩昆布和え	味淋鶏 春雨スープ 里芋のマヨサラダ きゅうりの胡麻酢和え イカマリネ	鯖の西京焼き なめ茸おろし和え 麩の汁・肉豆腐 菜の花のマヨ和え キャベツの甘酢和え	豚肉の生姜焼き しめじの味噌汁 炒り卵の花 切干ハリハリ和え ごぼうサラダ
14日	15日					
ミートローフ ベーコンのスープ ポテトサラダ 小松菜のお浸し 隠元チーズ和え	鯖の南蛮漬け 茶碗蒸し 茄子の味噌炒め もやしのしそマヨ和え 南瓜団子					

※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

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)