

令和 5年 配食サービス 7月前半予定献立表 (7/1 ~ 7/15)

日	月	火	水	木	金	土
						1日
						棒々鶏 わかめのスープ 南瓜の煮物 大根の酢の物 白菜の梅しそ和え
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
鮭の塩麴焼き 冷うどん・さつま芋天 高野豆腐の煮物 小松菜の和え物 きゅうりの酢の物	とんかつ・福神漬け 野菜カレー ポテトサラダ 春雨の酢の物 隠元のツナ和え	ホッケの塩焼き えのき茸の味噌汁 肉じゃが・イカ酢味噌 大根の酢漬け もやしのマヨ和え	工事のため休み		いなり寿司と細巻き 具沢山そうめん 蓮根のひじき炒め 菜の花の辛し和え 小松菜胡麻・芋団子	鯖の味噌煮 わかめの味噌汁 ごぼうのキンピラ 蒸し焼売 キャベツの甘酢和え
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
ミックスフライ カリフラワーのクリーム煮 マカロニサラダ 春雨の和え物 ほうれん草の和え物	鯖の照り焼き 白菜酢・じゃが芋汁 牛肉の柳川風 小松菜の海苔和え 揚げ茄子浸し	鰯の有馬焼き 油揚げの味噌汁 肉野菜炒め・竹輪天 ほうれん草の和え物 わかめの酢の物	鶏手羽中から揚げ 麩の味噌汁 大根とイカの煮物 白菜の塩昆布和え ごぼうのツナ和え	ぶり大根 豆腐の味噌汁 豚肉のきくらげ炒め キャベツのごま酢和え 隠元の玉子和え	豚肉の塩だれ炒め 白菜キムチ・わかめ汁 里芋の煮物 菜の花のナムル もやしの中華和え	赤魚の西京焼き 豆腐汁・大根醤油漬け 南瓜の肉そぼろ もやしのマヨ和え ちくわの酢の物

※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、ご了承願います。



北広島市社会福祉協議会 (電話 372-1698)