

令和 5年 配食サービス 6月後半予定献立表 (6/16 ~ 6/30)

日	月	火	水	木	金	土
					16日	17日
					擬製豆腐 三平汁 切干大根の炒め煮 菜の花のお浸し 白菜のマヨ和え	鰯の漬け焼き ちくわ天・なめこ汁 炒り卵の花 インゲンの和え物 茄子のおろし和え
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
チンジャオロース もやしのスープ マカロニサラダ キャベツのマリネ きゅうりの酢の物	カレイの野菜あんかけ 根菜豚汁 ごぼうの炒め煮 菜の花の胡麻和え じゃが芋団子	和風ハンバーグ コーンスープ タラモサラダ もやしの和え物 わかめの酢の物	鰯の照り焼き 蒸さつま芋 きのこ汁・回鍋肉 あさりの酢味噌 インゲン胡麻マヨ	赤魚のパン粉焼き ラタトゥイユ 牛肉のプルコギ風 ごぼうサラダ 小松菜の和え物	鮭の青しそおろし 豆腐の味噌汁 蓮根のキンピラ 春雨の酢の物 もやしの和え物	鶏肉のくわ焼き 油揚げの味噌汁 里芋とイカの煮物 キャベツの甘酢和え アスパラソテー
25日	26日	27日	28日	29日	30日	
鰯の照り焼き 蓮根天・にら玉汁 豆腐のチャンプルー ほうれん草胡麻和え 大根の甘酢和え	エビフライ 春雨スープ じゃが芋昆布サラダ 小松菜の和え物 わかめの酢の物	鯖の塩麴焼き ほうれん草浸 けんちん汁 ごぼうの五目炒め 白菜の和え物	鰯の西京焼き なめこ汁・大根漬け 炒り卵の花 インゲンの和え物 さつま芋の甘煮	豚肉の生姜焼き ラーメンサラダ 大根のえびそばろ もやしの酢の物 菜の花の和え物	ぶり大根 麩の味噌汁 豚肉と茄子の炒め物 ほうれん草のマヨ和え 大学芋	

※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)

