

令和 5年 配食サービス 9月後半予定献立表 ( 9/16 ~ 9/30)

日	月	火	水	木	金	土
						16日
						鯖の塩麹焼き 茄子おろし和え 豆腐汁・牛丼風 菜の花の和え物 わかめの酢の物
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
ミートローフ 春雨スープ ポテトサラダ キャベツのマリネ風 インゲンの和え物	鰯の梅だれ焼き さつま芋天・揚げ茄子浸し 茶碗蒸し 筑前煮 ほうれん草の白和え	赤魚のスパイス焼き コーンスープ 蓮根のサラダ ごぼうのツナ和え きゅうりの酢の物	ミックスフライ 和風スパゲティ 豆腐の汁・もやし和え 里芋の煮物 キャベツの和え物	鶏肉のきのこ炒め マカロニ野菜スープ 根菜の煮物 イカの胡麻和え 菜の花の和え物	鱈の南蛮漬け 麩の味噌汁 牛肉の炒め物 菜の花の辛し和え 茄子味噌	鯖の照り焼き おでん・粉ふき芋 肉豆腐 白菜の酢の物 おはぎ
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
ホッケの塩焼き 白菜浸し・麩の汁 ごぼうの五目炒め もやしの酢の物 大根のマヨ和え	鯖の漬け焼き キャベツの甘酢和え 茄子の汁・もやし和 豚肉のアスパラ炒め 小松菜海苔和え	牛肉のピーマン炒め 油揚げの味噌汁 南瓜の煮物 春雨サラダ ほうれん草のツナマヨ	鯖の西京焼き 蓮根天・にらの汁 炒り卵の花 じゃが芋団子 小松菜の胡麻和え	チキンナゲット トックスープ マカロニサラダ 大根の酢の物 もやしのナムル	擬製豆腐 きのこの味噌汁 茄子の炒め物 わかめの酢の物 インゲン胡麻マヨ	豚肉の生姜焼き 白菜の味噌汁 切干大根の煮物 ほうれん草のお浸し きゅうりの酢の物

※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)