

令和 6年 配食サービス 1月前半予定献立表 ( 1/4 ~ 1/15)

日	月	火	水	木	金	土
				4日	5日	6日
<p>新年明けましておめでとうございます。 今年もよりよい食事を提供できるように努めたいと考えております。 どうぞよろしくお願いいたします。 寒さ厳しい折、くれぐれもご自愛くださいませ。</p>						
				赤魚の柚子庵焼き 白菜浸し・しめじの味噌汁 大根と豚肉の炒め煮 さつま芋の甘煮 菜の花の辛し和え	山菜おこわ・わかめ汁 鰯の照り焼き 高野豆腐の煮物 あさりの酢味噌 ほうれん草の胡麻和え	鶏肉の照り焼き 鱈汁 根菜の煮物 春雨サラダ わかめの酢の物
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
ホッケの塩焼き 油揚げの味噌汁 豚肉の中華炒め 南瓜団子・蒸焼売 白菜の塩昆布和え	鯖の西京焼き 茶碗蒸し・薩摩芋天 ごぼうのキンピラ 切干のハリハリ和え ほうれん草の白和え	松風焼き えのき茸の味噌汁 里芋の煮物 菜の花の和え物 もやしの酢の物	煮魚(カレイ) キャベツ汁・白菜浸し 鶏肉と大根の煮物 ちくわの磯部揚げ ごぼうの胡麻サラダ	とんかつ シーフードカレー 南瓜のサラダ 果物(みかん) 春雨の酢の物	鯖の味噌煮 菜花浸し・豆腐汁 野菜の五目炒め きゅうりの酢の物 なめこのおろし和え	鯖の南蛮漬け 南瓜の味噌汁 炒り豆腐 揚げ茄子浸し 小松菜のツナマヨ
14日	15日					
鶏肉のチーズ焼き 玉子スープ ポテトサラダ キャベツのマリネ風 ほうれん草の和え物	鰯の漬け焼き 白菜の味噌汁 根菜の煮物 イカマリネ・大根の漬物 隠元のごま和え					

※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、ご了承ください。



北広島市社会福祉協議会 (電話 372-1698)