

令和6年 配食サービス 3月後半予定献立表 ( 3/16 ~ 3/31 )

日	月	火	水	木	金	土
31日						16日
赤魚の照り焼き 豆腐の汁・大根漬け 里芋と鶏肉の煮物 ごぼうサラダ 白菜の甘酢和え						蒸饅のおろしあん おでん 蓮根の五目炒め わかめの酢の物 小松菜の胡麻和え
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
海鮮フライ(エビ・カキ) シーフードカレー ポテトサラダ・柑橘 タルタルソース ほうれん草の和え物	赤魚の利久焼き 油揚げの味噌汁 牛肉のプルコギ風 揚げ茄子浸し 大根の甘酢和え	鶏肉スパイス焼き クラムチャウダー タラモサラダ アスパラのしめじ炒め コールスロー	鮭の塩麹焼き 筑前煮・薩摩芋天 茶碗蒸し 小松菜の白和え ぼたもち	鰯の漬け焼き 豆腐の味噌汁 白菜浸・じゃが芋団子 肉野菜炒め 春雨の中華和え	和風ハンバーグ 玉子スープ 南瓜のサラダ 大根のマリネ風 もやしの和え物	鯖の味噌煮 菜花浸し・麩の汁 切干大根の炒め煮 インゲン胡麻和え キャベツの酢の物
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
豚肉の角煮・煮玉子 里芋の味噌汁 蓮根のひじき炒め もやしの土佐酢和え 茄子のおろし和え	鰯の西京焼き 根菜団子汁 肉じゃが・蒸焼売 切干のハリハリ和え もやしの和え物	ぶり大根 豆腐の味噌汁 豚肉の塩だれ炒め 小松菜のツナ和え 白菜の塩昆布和え	ホッケの塩焼き 南瓜天・根菜豚汁 白菜の中華炒め 茄子味噌 インゲンごま味噌	鶏肉の西京焼き 南瓜の味噌汁 イカ大根・粉ふき芋 菜の花の海苔和え わかめの酢の物	鮭フライ・きゅうり酢 ビーフカレー マカロニサラダ タルタルソース ほうれん草のソテー	鱈の南蛮漬け なめこ汁 豚肉と茄子の炒め物 菜の花の辛し和え 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)