

## 令和 7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	2日	3日	4日	5日
		鯖の西京焼き 茄子の揚げ浸し 冷うどん・南瓜の煮物 タコのきゅうり和え 菜の花の白和え	鶏肉のくわ焼き 麩の汁・ほうれん草和え 大根とつみれの煮物 春雨サラダ キャベツの酢の物	鰯の照り焼き 茄子天・ふのりの汁 キャベツの玉子とじ ほうれん草胡麻和え 粉ふき芋	鮭のスパイス焼き 白菜のクリーム煮 玉子マカロニサラダ キャベツのマリネ風 大根の酢の物	鯖の照り焼き 豆腐の汁・大根漬け 蓮根のキンピラ 隠元のツナ和え 白菜の梅和え
6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
カレイの漬け焼き 油揚げの味噌汁 肉豆腐・芋団子 大根の酢の物 ごぼうツナ和え	具沢山そうめん 細巻きといなり寿司 筑前煮・青しそ茄子 菜の花の辛し和え 南瓜団子	鯖の有馬焼き わかめの汁・もやし酢 里芋とイカの煮物 インゲン胡麻和え キャベツのナムル	赤魚の青しそおろし 里芋の味噌汁 回鍋肉 切干のハリハリ和え 小松菜の和え物	鶏肉の塩麩焼き えのき茸の味噌汁 野菜の五目炒め 蒸しさつま芋 ほうれん草の和え物	鰯の味噌漬け焼き 蓮根天・なめこ汁 豆腐のチャンプルー わかめの酢の物 白菜のマヨ和え	ミックスフライ(鮭・カニ) タルタルソース キーマカレー スパゲティサラダ きゅうりの胡麻和え
13日	14日	15日				
豚肉の生姜焼き しめじの味噌汁 根菜の煮物 もやしの酢の物 菜の花のマヨ和え	鯖の塩麩焼き 小松菜浸し・南瓜汁 茄子の炒め物 春雨の酢の物 白菜の塩昆布和え	ミートローフ ラタトゥイユ 南瓜サラダ 小松菜のお浸し 隠元ツナ和え				

※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700~800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)