

令和 7年 配食サービス 12月前半予定献立表 (12/1 ~ 12/15)

日	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	豚肉の生姜焼き 麩の味噌汁 里芋とイカの煮物 ほうれん草の和え物 わかめの酢の物	鯖の照り焼き 白菜浸・じゃが芋の汁 ふきの煮物 菜の花の和え物 もやしの酢の物	鮭の漬け焼き・蓮根天 油揚げの味噌汁 大根のそぼろあん 白菜のなめ茸和え ごぼうサラダ	豚肉のピーマン炒め わかめの味噌汁 高野豆腐の煮物 春雨サラダ 小松菜の和え物	鯖の塩麴焼き えのき茸の味噌汁 白菜の親子とじ 春雨の酢の物 隠元和え・大根漬け	鰯の西京焼き 大根の汁・ちくわ天 炒り豆腐 ほうれん草の胡麻和え もやしの和え物
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
鰯の青しそおろし 根菜団子汁 肉じゃが 菜の花の和え物 インゲン胡麻マヨ	えびフライ・春雨の酢 タルタルソース ポークカレー 南瓜のサラダ ほうれん草の和え物	鯖の照り焼き じゃが芋団子・白菜汁 根菜の煮物 ちくわのごま酢和え もやしの和え物	豚肉のくわ焼き ピーマンソテー 豆腐の味噌汁 切干のあさり炒め わかめ酢・小松菜和え	鮭のスパイス焼き ポークチャップ チャブチェ 大根のマリネ風 菜の花のマヨ和え	ほっけの塩焼き 大根醤油漬け・揚げの汁 ごぼうの炒め物 ほうれん草のお浸し もやしのザーサイ和え	赤魚のくわ焼き 豆腐の汁・南瓜天 大根と鶏肉の煮物 白菜の酢の物 菜の花の辛し和え
14日	15日					
ミートローフ 鮭のクリーム煮 蓮根サラダ 小松菜のツナ和え わかめの酢の物	鰯の南蛮漬け きのこの味噌汁 大根とイカの煮物 ほうれん草のお浸し 春雨サラダ					

※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、ご了承ください。



北広島市社会福祉協議会 (電話 372-1698)