

令和 8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	7日	8日	9日	10日
鮭の柚子庵焼き 麩の汁・蒸焼売 大根と鶏肉の煮物 わかめのごま酢和え ほうれん草の和え物	ホッケの塩焼き 小松菜和・南瓜の汁 白菜の玉子とじ 切干の酢の物 インゲンの胡麻マヨ	鰯のくわ焼き しめじの汁・大根漬 里芋とイカの煮物 春雨の酢の物 菜の花の和え物	鶏肉のアスパラ炒め 玉子スープ 蓮根のサラダ ごぼうのツナ和え 白菜の酢の物	鰯の西京焼き じゃが芋汁 ごぼうの五目炒め ほうれん草の胡麻和え もやしの酢の物	赤魚のパン粉焼き コーンスープ ポテトサラダ わかめ酢の物 コールスロー	豚肉の塩だれ炒め さつま芋の味噌汁 切干大根の炒め煮 もやしのナムル 小松菜の和え物
11日	12日	13日	14日	15日		
エビフライ ポークカレー 南瓜のサラダ 春雨の酢の物 イカの胡麻和え	鮭の照り焼き 茶碗蒸し・ちくわ天 高野豆腐の煮物 ほうれん草の白和え さつま芋の甘煮	鯖の味噌煮 なめこ汁 蓮根のひじき炒め 菜の花の辛し和え 白菜の酢の物	青椒肉絲(豚肉) 中華スープ 里芋のマヨサラダ 小松菜の和え物 わかめ酢の物	松風焼き 油揚げの味噌汁 筑前煮 もやしの和え物 インゲンのツナ和え		

※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)