

令和8年 配食サービス 1月後半予定献立表 (1/16 ~ 1/31)

日	月	火	水	木	金	土
					16日	17日
					鮭の南蛮漬け 豆腐の味噌汁 牛丼風 切干ハリハリ和え 菜の花のお浸し	鶏肉オイスター炒め わかめスープ マカロニサラダ キャベツのマリネ風 もやしの酢の物
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
赤魚の味噌漬焼き 南瓜の汁・芋団子 回鍋肉 白菜の塩昆布和え わかめの酢の物	鰯の漬け焼き 根菜豚汁 ふきの炒め煮 菜の花のマヨ和え もやしの酢・蒸焼売	鯖の塩麴焼き 油揚げの味噌汁 厚揚げの煮物 隠元の玉子和え 茄子味噌・大根漬	和風ハンバーグ 中華スープ 里芋のマヨサラダ 春雨の酢の物 もやしのザーサイ和え	鰯の西京焼き 麩の汁・南瓜団子 大根とイカの煮物 ほうれん草のお浸し あさりの酢味噌	鶏肉の山賊焼き えのき茸の味噌汁 里芋の煮物 小松菜の和え物 大根の酢の物	ホッケの塩麴焼き おでん・もやし浸 ごぼうの五目炒め インゲンのごま和え 白菜の酢の物
25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
カツとじ ふのりの味噌汁 根菜の煮物 もやしの酢の物 菜の花の和え物	カキフライ タルタルソース ポークカレー 南瓜サラダ わかめ酢・白菜和え	鶏肉のスパイス焼き 白菜のクリーム煮 ポテトサラダ もやしの酢の物 小松菜のツナ和え	擬製豆腐 鱈汁 蓮根の炒め物 隠元の和え物 ほうれん草のお浸し	鯖のおろしあん きのこの味噌汁 南瓜の煮物 揚げ茄子浸し ごぼうサラダ	鰯の照り焼き 大根甘酢・豆腐の汁 肉野菜炒め 菜の花辛し和え もやしの水雲和え	鰯の青しそおろし 根菜団子汁 小松菜の豚肉炒め 白菜の酢の物 隠元のマヨ和え

※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、ご了承ください。



北広島市社会福祉協議会 (電話 372-1698)