

令和 8年 配食サービス 3 月前半予定献立表 ( 3/1 ~ 3/15)

日	月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
鯖の塩麹焼き 里芋の味噌汁 ごぼうのキンピラ 白菜酢・大根漬け ほうれん草のお浸し	赤魚の照り焼き 豆腐汁・ちくわ天 野菜の五目炒め 小松菜の胡麻和え 春雨の酢の物	ちらし寿司・桜餅 茶碗蒸し・筑前煮 鮭の利休焼き 菜の花辛し和え 大根の甘酢和え	豚肉のスタミナ炒め なめこ汁 里芋とイカの煮物 春雨サラダ 切干のあちら和え	鰻と野菜の酢漬け しめじの味噌汁 高野豆腐の煮物 もやしの和え物 インゲン挽肉炒め	鰯の梅しそだれ 白菜和・油揚げの汁 切干大根の煮物 じゃが芋団子 わかめの酢の物	鶏肉のきのこ炒め 里芋の味噌汁 キャベツの玉子とじ ごぼうサラダ 大根の酢の物
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
とんかつ 野菜カレー 里芋のマヨサラダ ごぼうのツナ和え もやしの酢の物	鶏肉香草チーズ焼 春雨スープ 蓮根サラダ わかめの酢の物 大根の梅和え	鯖の照り焼き わかめ汁・蒸し焼売 回鍋肉 大根の甘酢和え ほうれん草の和え物	ミートローフ コーンスープ マカロニサラダ 春雨の酢の物 もやしのイカナムル	鰻フライ 油揚げの味噌汁 肉じゃが 白菜の酢の物 菜の花の和え物	鯖の味噌煮 豆腐汁・揚げ茄子 ひじきの五目炒め 小松菜のお浸し 隠元ツナ和え	鮭のスパイス焼き あさりのチャウダー ポテトサラダ もやしのザーサイ和 白菜の甘酢和え
15日						
鰯のおろしあん 根菜団子汁 茄子のしぎ焼き 菜の花の和え物 ちくわの酢味噌						

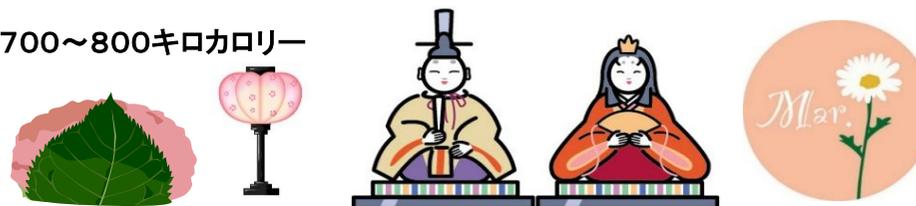
※献立には、ご飯物と汁物がついております。

※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)