

令和8年 配食サービス 3月後半予定献立表 ( 3/16 ~ 3/31)

日	月	火	水	木	金	土
	16日	17日	18日	19日	20日	21日
	ホッケの塩焼き 大根汁・薩摩芋天 豆腐のチャンプルー 白菜の和え物 菜の花のお浸し	鰯の照り焼き えのき茸の味噌汁 白菜の親子とじ 春雨の酢の物 ごぼうのツナサラダ	豚肉の塩だれ炒め 豆腐の味噌汁 南瓜の煮物 もやしの五目和え 隠元の玉子サラダ	鰯の西京焼き 里芋の汁・揚茄子浸 鶏肉のしぐれ煮 大根甘酢和え ほうれん草の胡麻和え	鮭の漬け焼き 茶碗蒸し・ちくわ天 筑前煮 小松菜の白和え ぼたもち	鯖の塩麹焼き 豆腐汁・菜花浸し 炒り卵の花 もやしの酢の物 じゃが芋団子
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
カツとじ えのき茸の味噌汁 大根とがんもの煮物 ほうれん草のお浸し わかめの酢の物	赤魚のスパイス焼き 玉子スープ チャプチェ 小松菜のマヨ和え わかめの酢の物	豚肉の生姜焼き わかめの味噌汁 里芋の煮物 イカマリネ 隠元のごま和え	鰯の味噌漬け焼き 油揚げ汁・南瓜団子 豚肉の中華炒め もやしの酢の物 白菜のなめ茸和え	鶏肉の甘酢炒め じゃが芋の味噌汁 蓮根の五目炒め 小松菜の和え物 キャベツの甘酢和え	鯖の南蛮漬け 根菜豚汁 切干のひじき炒め 菜の花の辛し和え 蒸さつま芋	サーモンフライ タルタルソース シーフードカレー アスパラの牛肉炒め 春雨サラダ・菜花和
29日	30日	31日				
煮魚(鰯) きのこの味噌汁 南瓜の肉そぼろ 春雨の酢の物 茄子味噌	牛肉のピーマン炒め 中華スープ マカロニサラダ 大根のマリネ風 もやしのナムル	鰯の照り焼き なめこ汁・わかめ酢 キャベツの味噌炒め じゃが芋団子 切干のしそ和え				

※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)