



給食センター 平成30年4月下旬予定献立表



春がやってきました。チューリップやスイトッピーなどたくさんの花が咲始めました。

	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	4月21日	4月22日	4月23日
	月	火	水	木	金	土 かしわご飯	日	月
昼食	赤魚の山椒焼き ミニ春巻き 大根なます がんもの煮物	ホイコウロ 蓮根の磯揚げ 丸天と玉葱の炒め煮 糸寒天の柚子サラダ他	さけのマヨネーズ焼き 野菜炒め 冬瓜のコンソメ煮 1丁の炒め煮	鶏肉の大葉揚げ 出し巻き卵・鳴門蒲鉾 加ワワ-の甘酢漬け 筍の煮物	あじのレモンオイル焼き しめじの天ぷら インゲンのソテー もやしの酢の物	豆腐ハンバーグ ウインナー天 ｽｯﾌﾟｲﾝﾄﾞﾘ 蒸し芋	さばのﾋﾞﾞﾞﾘｰｽﾞ焼き ブロッコリー ごぼうの磯辺揚げ 豆腐の煮物	さけの西京焼き がんもの含め煮 しめじと手間葱の炒め煮 筍とインゲンの炒め物
エネルギー	600Kcal	615Kcal	588Kcal	650Kcal	639Kcal	570Kcal	620Kcal	545Kcal
塩分相当量	2,6g	2,5g	2,6g	2,4g	2,6g	2,4g	2,3g	2,6g
夕食	エビブリカツ 肉団子の甘辛煮 蒟蒻の酢味噌	あじの竜田揚げ 野菜炒め 里芋の煮物 葱入り玉子焼き	牛肉の柳川風煮 白身フライ ふきのおかか煮	鯖の味噌煮 豆腐の煮物 干し海老のかき揚げ 若芽と玉葱のポン酢和え	チンジャーローズー 信田煮 蓮根とマカニのﾗﾗﾞ	赤魚のみりん焼き 三角蒟蒻・人参煮 南瓜のサラダ	豚肉の天ぷら 蓮根と人参の梅煮 大根と人参のサラダ	親子煮 竹輪のかき揚げ ｽｯﾌﾟｲﾝﾄﾞﾘ
エネルギー	640Kcal	620Kcal	539Kcal	660Kcal	602Kcal	605Kcal	659Kcal	610Kcal
塩分相当量	2,3g	2,4g	2,6g	2,6g	2,3g	2,7g	2,4g	2,6g
	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日	4月29日	4月30日	4月旬の食材
	火	水	木	金	土	日 昭和の日	月	魚介類
昼食	鶏肉の照り焼き 野菜炒め 蓮根の煮物 煮豆	さばの煮付け 深葱の煮付け 南瓜のコンソメ 若芽のレモン和え	八宝菜 厚揚げの煮物 ふきの梅風味	白身魚の利休揚げ 野菜炒め ブロッコリのおかかまぶし ひじきの酢の物	鶏の唐揚げ ウインナーソテー カレースパソテー 冬瓜の煮物	あじの大葉フライ 野菜炒め 里芋の煮物 大根の紅生姜和え	豚肉と厚揚げの生姜煮 コロッケ 若芽の酢の物	さより・あさり さわら・こういか しらす・ひじき たい・わかめ・あさり
エネルギー	623Kcal	599Kcal	620Kcal	600Kcal	620Kcal	615Kcal	649Kcal	野菜・果物
塩分相当量	2,3g	2,4g	2,4g	2,4g	2,5g	2,5g	2,6g	グリーンピース
夕食	白身魚の葱ソ-ｽ マッシュポテト ブロッコリーのソテー 糸寒天のポン酢和え	ﾐｰﾄﾞｰﾙの甘酢煮 薩摩芋の胡麻揚げ 蒟蒻の	鱈のﾋﾞｰﾝ入り南蛮漬け 軟骨入りとりつみれ もやしの彩り酢の物	肉豆腐 大根の煮物	さけの塩焼き 信田煮 ｲﾝｸﾞﾝのﾊﾞｰﾝｽｰ 若竹煮	牛肉のブルコギ風 プレーンオムレツ デザート	赤魚の煮付け じゃが芋・人参煮 牛蒡のｽｯﾌﾟｲﾝﾄﾞﾘ	キャベツ・うど ふき・クレソン セロリ・たけのこ ごぼう・さやえんどう
エネルギー	584Kcal	615Kcal	505Kcal	615Kcal	515Kcal	629Kcal	571Kcal	いちご・デコポン
塩分相当量	2,8g	2,6g	2,7g	2,4g	2,4g	2,8g	2,4g	わけぎ・みつ葉

*皆様の健康に配慮し、野菜を沢山、栄養のバランスがよい献立にしております。何かご意見がありましたらご連絡下さい。

*メニューは仕入れの都合により変更になる場合があります。

*当センターは国産米を使用しています。

*お弁当はお早めにお召し上がり下さい。また、食べ残した食事は後で食べないでください。



粕屋老人給食センター
092-933-0641
福岡県高齢者福祉生活協同組合