

2018年(平成30年)

12月  **こんだて**

SFS **しょくいく**
フードシステム東北



☆新メニュー☆

からあげのネギソース
(12/18 火曜日)

宮城の郷土料理を紹介！ ☆**仙台風雑煮**☆
仙台周辺の地域ではお正月に食べるお雑煮にハゼの焼き干しを使います。だしをとったり、具材として使います。他にもセリ、大根、人参、かまぼこなどが入った具沢山なお雑煮です。



12月22日『冬至』

むかしから「ん」が2つ付く食べ物を食べるとよいとされています。
なんきん(かぼちゃ)、にんじん、ぎんなん、れんこん、きんかんなどがあります。



・仕入材料の都合による献立の変更はご了承ください。
・魚の骨は取り除いてありますが、気をつけてお召し上がりください。
・弊社のお弁当は保存料を使用していないので、当日のPM2時までにお召し上がりください。

月	火	水	木	金
<p>3</p> <p>○老ぼろごはん ○あじのしょうがに</p>  <p>エネルギー448kcal たんぱく質15.4g</p>	<p>4</p> <p>○こんぶごはん ○チキンカツ ○はくさいごまあえ</p>	<p>5</p> <p>○おかかごはん ○マーボー豆腐 ○きんぴらごぼう</p>	<p>6</p> <p>○ゆかりごはん ○ていやくチーズハンバーグ</p>  <p>エネルギー438kcal たんぱく質11.8g</p>	<p>7</p> <p>○さけごはん ○エビカツ ○えだまめ</p>
<p>10</p> <p>○しろごはん ○ぎゅうどん風 ○カニカマ</p>	<p>11</p> <p>○さけひしきごはん ○あかうおていやく</p>  <p>エネルギー408kcal たんぱく質16.0g</p>	<p>12</p> <p>○のりごはん ○チンジャオロース</p>  <p>エネルギー558kcal たんぱく質15.6g</p>	<p>13</p> <p>○チーズサンド ○アップルパイ ○スコッチエッグ</p>	<p>14</p> <p>○しろごはん ○ポークカレー ○ポテトサラダ</p>
<p>17</p> <p>○ひじきごはん ○ハンバーグ ○フロッキー</p>	<p>18</p> <p>○せとふうみごはん ○からあげのネギソース ○やきうどん</p>	<p>19</p> <p>○わかめおにぎり ○ぶいたいこん</p>  <p>エネルギー407kcal たんぱく質17.0g</p>	<p>20</p> <p>○しろごはん ○ぶたにくしょうがやき ○たこやき</p>	<p>21</p> <p>○チーズクリームサンド ○メンチカツ</p>  <p>エネルギー459kcal たんぱく質13.7g</p>