



2019年  
5月  
こんだて

宮城県の特産品を紹介 ☆皇室御献上の海苔☆  
東松島市の養殖海苔は過去に何度も皇室へ献上されてきた極上の海苔です。1度は食べてみたいですね！



月	火	水	木	金
<p>・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。</p>		1 <b>天皇即位の日</b>	2 <b>国民の休日</b>	3 <b>憲法記念日</b>
6 <b>振替休日</b>	7 ○おかかごはん ○カレーコロッケ ○エビシューマイ  エネルギー421kcal たんぱく質9.5g	8  ○のりごはん ○ハンバーグ  エネルギー404kcal たんぱく質11.3g	9 ○せとふうみごはん ○さわらさいきょうやき ○ピザはるまき  エネルギー425kcal たんぱく質11.4g	10  ○さけひじきごはん ○ぶたにくしょうがやき  エネルギー428kcal たんぱく質11.0g
13  ○さんぽごはん ○チキンピカタ  エネルギー415kcal たんぱく質15.6g	14 ○ハムサンド ○ミニクロワッサン ○スコッチエッグ  エネルギー436kcal たんぱく質13.7g	15 ○ごましおごはん ○あかうおていやき ○チキンナゲット  エネルギー403kcal たんぱく質17.5g	16  ○たまごふりかけごはん ○ぶたにくと キャベツのみそいため  エネルギー454kcal たんぱく質11.8g	17 ○ゆかりごはん ○ピーマンにくづめフライ ○やきうどん  エネルギー391kcal たんぱく質11.0g
20 ○わかめふりかけごはん ○お好み焼き ○ささみチーズフライ  エネルギー390kcal たんぱく質12.6g	21  ○さけごはん ○ポークチャップ  エネルギー451kcal たんぱく質12.6g	22 ○そばろごはん ○エビフライ ○ぶたネギしおいため  エネルギー424kcal たんぱく質12.0g	23 ○ごましおごはん ○チーズオムレツ ○カニシューマイ  エネルギー393kcal たんぱく質12.1g	24  ○せとふうみごはん ○やさいつくね  エネルギー403kcal たんぱく質16.1g
27  ○かおりごはん ○チーズハンバーグ  エネルギー375kcal たんぱく質11.6g	28 ○あおなおにぎり ○カニクリームコロッケ ○きりぼしだいごんに  エネルギー378kcal たんぱく質10.1g	29  ○さんぽごはん ○とりにくからあげ  エネルギー424kcal たんぱく質13.2g	30  ○チーズロール ○トマトグラタン  エネルギー386kcal たんぱく質11.3g	31 ○おかかごはん ○とんかつ ○マカロニポリタン  エネルギー435kcal たんぱく質15.3g