

2021年(令和3年)

こんだて



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>		<p>☆あけましておめでとうございます☆ 本年も食育フードシステム東北株式会社を よろしく願い致します。</p>		<p>旬な食材を紹介！ 1月18日宮城県産雪菜使用 ゆきな入り煮浸し</p>
<p>11 <b>成人の日</b></p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○こんぶごはん</li> <li>○カレーコロッケ</li> <li>○かぼちゃサラダ</li> </ul> <p>エネルギー-398kcal たんぱく質9.2g</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○しろごはん</li> <li>○ぎゅうごぼう煮</li> </ul> <p>エネルギー-411kcal たんぱく質11.1g</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ごましおごはん</li> <li>○ホイコーロー</li> </ul> <p>エネルギー-355kcal たんぱく質9.0g</p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ゆかりごはん</li> <li>○さわらさいきょう焼き</li> <li>○ピザはるまき</li> </ul> <p>エネルギー-373kcal たんぱく質13.2g</p>
<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○しろごはん</li> <li>○ぶたにく生姜焼き</li> <li>○ゆきな入り煮浸し</li> </ul> <p>エネルギー-435kcal たんぱく質10.3g</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ひじきごはん</li> <li>○チキンピカタ</li> <li>○はくさいのり和え</li> </ul> <p>エネルギー-439kcal たんぱく質15.7g</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○さけごはん</li> <li>○ハンバーグ</li> </ul> <p>エネルギー-417kcal たんぱく質11.4g</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○わかめふりかけごはん</li> <li>○赤魚煮つけ</li> <li>○カレー切り干し大根煮</li> </ul> <p>エネルギー-392kcal たんぱく質17.1g</p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○玉子ふりかけごはん</li> <li>○チンジャオロース</li> <li>○かぼちゃ煮</li> </ul> <p>エネルギー-437kcal たんぱく質12.3g</p>
<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○こんぶごはん</li> <li>○サーモンマヨカツ</li> <li>○ほうれん草スパ</li> </ul> <p>エネルギー-419kcal たんぱく質11.6g</p>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○かおりごはん</li> <li>○トマトグラタン</li> </ul> <p>エネルギー-433kcal たんぱく質10.4g</p>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○白ごはん</li> <li>○すぶた風</li> <li>○切り昆布煮</li> </ul> <p>エネルギー-432kcal たんぱく質11.2g</p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○玉子サンド</li> <li>○メンチカツ</li> </ul> <p>エネルギー-452kcal たんぱく質12.6g</p>	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○しろごはん</li> <li>○ポークカレー</li> </ul> <p>○エネルギー-392kcal たんぱく質10.0g</p>