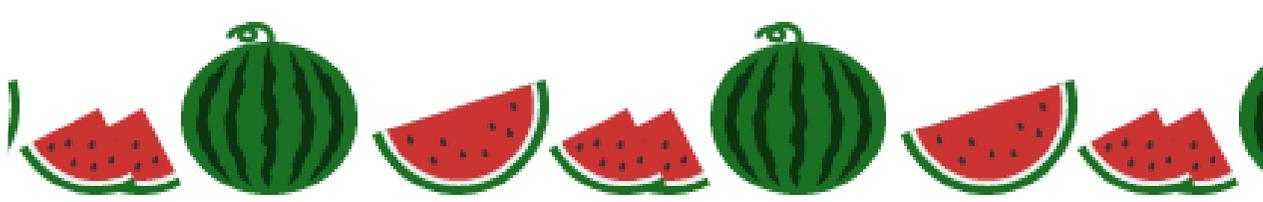




2021年(令和3年)  
**こんだて**



SFS **しょくいく**  
 フードシステム東北

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時までに召し上がりください</p>			<p><b>1</b></p> <p>○せとふうみごはん            ○さかなのからあげと            なすのやさいあん</p> <p>エネルギー388kcal たんぱく質11.1g</p>	<p><b>2</b></p> <p>○しろごはん            ○トマトハヤシ</p> <p>エネルギー403kcal たんぱく質11.8g</p>
<p><b>5</b></p> <p>○おかかごはん            ○とんかつ</p> <p>エネルギー429kcal たんぱく質11.5g</p>	<p><b>6</b></p> <p>○のりごはん            ○あかうおていやき            ○ちくわいそべてん</p> <p>エネルギー395kcal たんぱく質16.4g</p>	<p><b>7</b></p> <p>○たまごふりかけごはん            ○ほしがたコロッケ            ○バジルレモンチキン</p> <p>エネルギー429kcal たんぱく質12.4g</p>	<p><b>8</b></p> <p>○ゆかりごはん            ○デミハンバーグ</p> <p>エネルギー412kcal たんぱく質11.9g</p>	<p><b>9</b></p> <p>○さけひじきごはん            ○もろこしやき            ○ピーマンきんぴら</p> <p>エネルギー425kcal たんぱく質11.5g</p>
<p><b>12</b></p> <p>○しろごはん            ○にくじゃが            ○エビフリッター</p> <p>エネルギー412kcal たんぱく質11.4g</p>	<p><b>13</b></p> <p>○ポテトサンド            ○チキンピカタ</p> <p>エネルギー440kcal たんぱく質15.6g</p>	<p><b>14</b></p> <p>○しろごはん            ○なつやさいかレー            ○だいがくいも</p> <p>エネルギー416kcal たんぱく質9.2g</p>	<p><b>15</b></p> <p>○こんぶごはん            ○とりにくからあげ            ○むげんきゅうり</p> <p>エネルギー385kcal たんぱく質12.0g</p>	<p><b>16</b></p> <p>○ひじきごはん            ○さわらさいきょうやき</p> <p>エネルギー399kcal たんぱく質15.3g</p>
<p><b>19</b></p> <p>○しろごはん            ○バンバンジーふう            ○なすのはさみあげ</p> <p>エネルギー386kcal たんぱく質12.0g</p>	<p><b>20</b></p> <p>○さけごはん            ○カニクリームコロッケ</p> <p>エネルギー383kcal たんぱく質10.7g</p>	<p><b>21</b></p> <p>○かおりごはん            ○えびかつ</p> <p>エネルギー412kcal たんぱく質14.4g</p>	<p><b>22</b></p> <p style="text-align: center; font-size: 2em;"><b>海の日</b></p>	
		<p><b>23</b></p> <p style="text-align: center; font-size: 2em;"><b>スポーツの日</b></p>		

