



2021年(令和3年)

# こんだて

月	火	水	木	金
<b>ピックアップお弁当</b>  <b>10月6日 芋煮風が登場!</b> <b>10月29日 ハロウィン風お弁当!</b>		・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ってください ・弊社のお弁当は保存料を使用していませんので、当日のPM2時までにお召し上がってください		<b>1</b>  <input type="radio"/> しろごはん <input type="radio"/> チンジャオロース <input type="radio"/> たこやき  <small>エネルギー437kcal たんぱく質12.3g</small>
<b>4</b>  <input type="radio"/> ごましおごはん <input type="radio"/> サーモンフライ <input type="radio"/> ほうれん草スパ  <small>エネルギー419kcal たんぱく質11.6g</small>	<b>5</b>  <input type="radio"/> チーズクリームサンド <input type="radio"/> トマトグラタン  <small>エネルギー433kcal たんぱく質10.4g</small>	<b>6</b>  <input type="radio"/> しろごはん <input type="radio"/> 芋煮風 <input type="radio"/> チキンナゲット  <small>エネルギー390kcal たんぱく質12.4g</small>	<b>7</b>  <input type="radio"/> おかかごはん <input type="radio"/> マンチカツ  <small>エネルギー452kcal たんぱく質12.6g</small>	<b>8</b>  <input type="radio"/> しろごはん <input type="radio"/> すぶた風 <input type="radio"/> にらまんじゅう  <small>エネルギー432kcal たんぱく質11.2g</small>
<b>11</b>  <input type="radio"/> わかめふりかけごはん <input type="radio"/> 魚のから揚げきのこあん <input type="radio"/> ピザ春巻  <small>エネルギー460kcal たんぱく質12.8g</small>	<b>12</b>  <input type="radio"/> しろごはん <input type="radio"/> ポークハヤシ  <small>エネルギー403kcal たんぱく質11.9g</small>	<b>13</b>  <input type="radio"/> せとふうみごはん <input type="radio"/> とんかつ  <small>エネルギー429kcal たんぱく質11.5g</small>	<b>14</b>  <input type="radio"/> ゆかりごはん <input type="radio"/> 赤魚ていやき <input type="radio"/> ミートマカロニ  <small>エネルギー395kcal たんぱく質16.4g</small>	<b>15</b>  <input type="radio"/> さけひじきごはん <input type="radio"/> ピーマン肉詰めフライ  <small>エネルギー445kcal たんぱく質13.7g</small>
<b>18</b>  <input type="radio"/> さけごはん <input type="radio"/> テミハンバーグ  <small>エネルギー412kcal たんぱく質11.9g</small>	<b>19</b>  <input type="radio"/> ひじきごはん <input type="radio"/> れんこん肉詰めフライ <input type="radio"/> ピーマン金平  <small>エネルギー454kcal たんぱく質11.7g</small>	<b>20</b>  <input type="radio"/> しろごはん <input type="radio"/> 肉じゃが  <small>エネルギー412kcal たんぱく質11.4g</small>	<b>21</b>  <input type="radio"/> ポテトサンド <input type="radio"/> バターロール <input type="radio"/> チキンピカタ  <small>エネルギー414kcal たんぱく質11.9g</small>	<b>22</b>  <input type="radio"/> こんぶごはん <input type="radio"/> えひカツ  <small>エネルギー412kcal たんぱく質14.4g</small>
<b>25</b>  <input type="radio"/> かあいごはん <input type="radio"/> 鶏肉から揚げ <input type="radio"/> 焼きうどん  <small>エネルギー423kcal たんぱく質12.0g</small>	<b>26</b>  <input type="radio"/> 玉子ふりかけごはん <input type="radio"/> サバ味噌煮 <input type="radio"/> かぼちゃサラダ  <small>エネルギー427kcal たんぱく質14.4g</small>	<b>27</b>  <input type="radio"/> さけひじきごはん <input type="radio"/> チーズオムレツ  <small>エネルギー394kcal たんぱく質12.9g</small>	<b>28</b>  <input type="radio"/> しろごはん <input type="radio"/> ポークカレー  <small>エネルギー403kcal たんぱく質12.5g</small>	<b>29</b>  <input type="radio"/> のりごはん <input type="radio"/> むらさきももコロッケ <input type="radio"/> 白菜おかかチーズ  <small>エネルギー408kcal たんぱく質11.2g</small> 