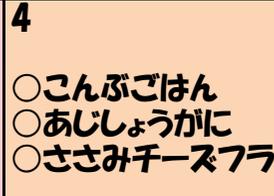
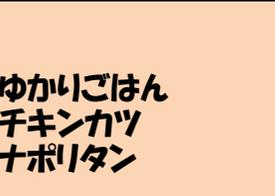
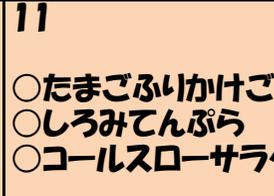
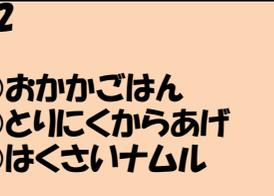
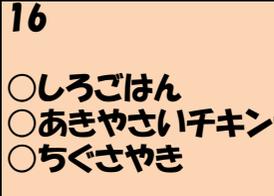
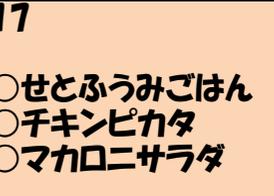
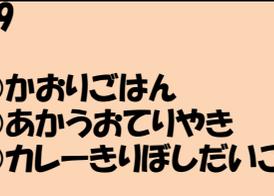
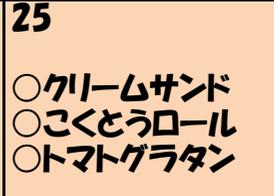
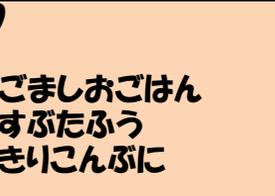
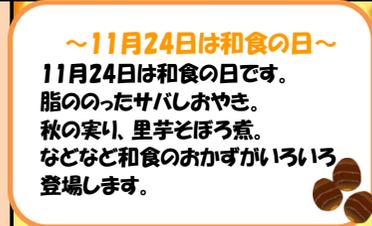


2021年(令和3年)

11月

こんだて

SFS しょくいく
フードシステム東北

1	2	3	4	5	
<p>○しろごはん ○ちゅうかうまに</p>  <p>エネルギー386kcal たんぱく質12.0g</p>	<p>○さけごはん ○ホイコーロー ○ピザはるまき</p>  <p>エネルギー397kcal たんぱく質9.2g</p>	<p>文化の日</p>	<p>○こんぶごはん ○あじしょうがに ○ささみチーズフライ</p>  <p>エネルギー417kcal たんぱく質17.2g</p>	<p>○せとふうみごはん ○エビフライ</p>  <p>エネルギー390kcal たんぱく質10.6g</p>	
<p>8</p> <p>○ゆかりごはん ○チキンカツ ○ナポリタン</p>  <p>エネルギー417kcal たんぱく質17.1g</p>	<p>9</p> <p>○しろごはん ○マーボーとうふ</p>  <p>エネルギー381kcal たんぱく質9.5g</p>	<p>10</p> <p>○チーズサンド ○コーンコロケ</p>  <p>エネルギー398kcal たんぱく質9.2g</p>	<p>11</p> <p>○たまごふりかけごはん ○しろみてんぷら ○コールスローサラダ</p>  <p>エネルギー419kcal たんぱく質11.6g</p>	<p>12</p> <p>○おかかごはん ○とりにくからあげ ○はくさいナムル</p>  <p>エネルギー423kcal たんぱく質12.0g</p>	
<p>15</p> <p>○わかめふりかけごはん ○さわらさいきょうやき</p>  <p>エネルギー373kcal たんぱく質13.2g</p>	<p>16</p> <p>○しろごはん ○あきやさいチキンカレー ○ちぐさやき</p>  <p>エネルギー435kcal たんぱく質10.3g</p>	<p>17</p> <p>○せとふうみごはん ○チキンピカタ ○マカロニサラダ</p>  <p>エネルギー439kcal たんぱく質15.7g</p>	<p>18</p> <p>○ひしきごはん ○ハンバーグ</p>  <p>エネルギー417kcal たんぱく質11.4g</p>	<p>19</p> <p>○かおりごはん ○あかうおてりやき ○カレーきりぼしだいこん</p>  <p>エネルギー392kcal たんぱく質17.1g</p>	
<p>22</p> <p>○こんぶごはん ○チンジャオロース</p>  <p>エネルギー437kcal たんぱく質12.3g</p>	<p>23</p> <p>勤労感謝の日</p>	<p>24</p> <p>○ゆかりごはん ○サバしおやき</p>  <p>エネルギー395kcal たんぱく質16.4g</p>	<p>25</p> <p>○クリームサンド ○こくとうロール ○トマトグラタン</p>  <p>エネルギー433kcal たんぱく質10.4g</p>	<p>26</p> <p>○のりごはん ○メンチカツ</p>  <p>エネルギー452kcal たんぱく質12.6g</p>	
<p>29</p> <p>○ごましおごはん ○すぶたふう ○きりこんぶに</p>  <p>エネルギー432kcal たんぱく質11.2g</p>	<p>30</p> <p>○さけひしきごはん ○さかなのからあげ</p>  <p>エネルギー460kcal たんぱく質12.8g</p>	<p>～11月24日は和食の日～ 11月24日は和食の日です。 脂のったサバしおやき。 秋の実り、里芋とほろ煮。 などなど和食のおかずがいろいろ 登場します。</p> 			<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時までにお召上がりください</p>