



# 1月

2022年(令和4年)

# こんだて



## フードシステム東北

月	火	水	木	金	
<b>10</b>  <b>成人の日</b>	<b>11</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○アップルパイ</li> <li>○チーズクリームサンド</li> <li>○ハンバーグ</li> </ul> エネルギー417kcal たんぱく質11.4g	<b>12</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○さけひじきごはん</li> <li>○根菜クリーミーフライ</li> <li>○マカロニサラダ</li> </ul> エネルギー439kcal たんぱく質15.7g	<b>13</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○しろごはん</li> <li>○ぶたにくしょうがやき</li> <li>○チーズポテト</li> </ul> エネルギー413kcal たんぱく質10.1g	<b>14</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○たましおごはん</li> <li>○さしみそに</li> </ul> エネルギー380kcal たんぱく質16.4g	
<b>17</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○おかかごはん</li> <li>○チンジャオロース</li> </ul> エネルギー437kcal たんぱく質12.3g	<b>18</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○たまごふりかけごはん</li> <li>○しろみフライ</li> </ul> エネルギー419kcal たんぱく質11.6g	<b>19</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○ポテトサンド</li> <li>○ごくとうロール</li> <li>○トマトグラタン</li> </ul> エネルギー433kcal たんぱく質10.4g	<b>20</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○しろごはん</li> <li>○あつあけとぶたにくのみそいため</li> </ul> エネルギー413kcal たんぱく質10.1g	<b>21</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○のりごはん</li> <li>○メンチカツ</li> <li>○ごほうサラダ</li> </ul> エネルギー452kcal たんぱく質12.6g	
<b>24</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○しろごはん</li> <li>○すぶたふう</li> <li>○きりこんぶに</li> </ul> エネルギー432kcal たんぱく質11.2g	<b>25</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○さけごはん</li> <li>○さかなのからあげ</li> <li>やさいあん</li> </ul> エネルギー460kcal たんぱく質12.8g	<b>26</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○しろごはん</li> <li>○ポークカレー</li> </ul> エネルギー403kcal たんぱく質12.5g	<b>27</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○せとふうみごはん</li> <li>○たれカツ</li> </ul> エネルギー429kcal たんぱく質11.5g	<b>28</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○ひじきごはん</li> <li>○あかうおていやき</li> <li>○ちくわいそばてん</li> </ul> エネルギー395kcal たんぱく質16.4g	
<b>31</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○たましおごはん</li> <li>○ピーマンにくづめフライ</li> </ul> エネルギー445kcal たんぱく質13.7g	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> <p>☆あけましておめでとうございます☆</p> <p>本年も弊社給食ならびに食育フードシステム東北株式会社をよろしくお願い致します。</p>   </div>			<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ませんので、当日のPM2時までにお召し上がりください。</p>	