



2022年(令和4年) こんだて

3月

SFS しょくいく
フードシステム東北

春の食材 ~菜の花~
3日 菜の花ツナマヨ和え

15日 あおな煮浸し



月	火	水	木	金
	<p>1</p> <p>○さけごはん ○コーンコロッケ</p> <p>エネルギー376kcal たんぱく質8.2g</p>	<p>2</p> <p>○せとふうみごはん ○さほのみと煮</p> <p>エネルギー395kcal たんぱく質10.5g</p>	<p>3</p> <p>○ちうしずし ○とりにくからあげ</p> <p>エネルギー410kcal たんぱく質14.9g</p>	<p>4</p> <p>○しろごはん ○ぎゅうにくと あつあげのしぐれに</p> <p>エネルギー344kcal たんぱく質13.6g</p>
<p>7</p> <p>○玉子ふりかけごはん ○豚肉しょうが焼き</p> <p>エネルギー402kcal たんぱく質10.7g</p>	<p>8</p> <p>○わかめふりかけごはん ○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>9</p> <p>○ツナサンド ○ハンバーグ</p> <p>エネルギー429kcal たんぱく質9.9g</p>	<p>10</p> <p>○ごま塩ごはん ○さわう西京焼き</p> <p>エネルギー358kcal たんぱく質12.2g</p>	<p>11</p> <p>○しろごはん ○ポークカレー ○ほうれんそうソテー</p> <p>エネルギー395kcal たんぱく質9.8g</p>
<p>14</p> <p>○こんぶごはん ○えびかつ ○ぶたねぎしおいため</p> <p>エネルギー392kcal たんぱく質11.8g</p>	<p>15</p> <p>○おかかごはん ○パンチカツ</p> <p>エネルギー351kcal たんぱく質9.7g</p>	<p>16</p> <p>○しろごはん ○豚と厚揚げのみと炒め</p> <p>エネルギー413kcal たんぱく質10.1g</p>	<p>17</p> <p>○ひじきごはん ○にくじゃが ○フロッコリーツナあえ</p> <p>エネルギー382kcal たんぱく質8.9g</p>	<p>18</p> <p>○ごま塩ごはん ○すぶたぼう</p> <p>エネルギー432kcal たんぱく質11.8g</p>

年長さんいつもたくさん給食を食べてくれてありがとうございました。
 なにか1つでも苦手なものをたべられるようになりましたか。
 食べられるようになってくれたらとってもうれしいです。
 小学校へ行っても皆さんの健やかな成長をお祈りしています。



卒業式

食育フードシステム東北株式会社一同

- ・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ませんので、当日のPM2時までにお召上がりください。
- ・写真と当日のお弁当では一部盛り付けが違う場合があります。