



2022年(令和4年)

7月

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>7月15日</p> <p><b>すいか</b></p> <p>が登場!!</p>	<p>「ごはん」献立の見方 セパレート・一体型のごはん献立/ ホットライスのごはん献立(ホ)</p> <p>上記のようにホットライスのごはん献立も 一緒に掲載します。 なお、写真はおかずの写真のみ掲載となります。</p>	<p>1</p> <p>○のりごはん/       ちゃめし(ホ)</p> <p>○どんかつ</p> <p>エネルギー429kcal たんぱく質11.5g</p>
<p>4</p> <p>○せとふうみごはん/       うめふりかけごはん(ホ)</p> <p>○サバみぞれ</p> <p>エネルギー417kcal たんぱく質17.2g</p>	<p>5</p> <p>○おかかごはん/       おかかふりかけごはん(ホ)</p> <p>○ピーマンにくづめフライ</p> <p>エネルギー404kcal たんぱく質11.9g</p>	<p>6</p> <p>○しろごはん/       しろごはん(ホ)</p> <p>○ホイコーロー</p> <p>エネルギー385kcal たんぱく質10.2g</p>	<p>7</p> <p>○さけごはん/       さけふりかけごはん(ホ)</p> <p>○カレーコロッケ</p> <p>エネルギー436kcal たんぱく質10.8g</p>	<p>8</p> <p>○ごましおごはん/       しろごはん(ホ)</p> <p>○にくじゃが</p> <p>エネルギー415kcal たんぱく質11.8g</p>
<p>11</p> <p>○しろごはん/       しろごはん(ホ)</p> <p>○マーボーナス</p> <p>エネルギー396kcal たんぱく質10.2g</p>	<p>12</p> <p>○せとふうみごはん/       たまごふりかけごはん(ホ)</p> <p>○えびかつ</p> <p>エネルギー412kcal たんぱく質14.4g</p>	<p>13</p> <p>○ジャムサンド</p> <p>○むしパン</p> <p>○チーズオムレツ</p> <p>エネルギー372kcal たんぱく質11.4g</p>	<p>14</p> <p>○ひしきごはん/       ひしきごはん(ホ)</p> <p>○アジしおやき</p> <p>エネルギー393kcal たんぱく質16.2g</p>	<p>15</p> <p>○たまごふりかけごはん/       しろごはん(ホ)</p> <p>○とりにくからあげ</p> <p>エネルギー423kcal たんぱく質12.0g</p>
<p>18</p> <p><b>海の日</b></p>	<p>19</p> <p>○しろごはん/       しろごはん(ホ)</p> <p>○なつやすいかレー</p> <p>エネルギー372kcal たんぱく質11.1g</p>	<p>20</p> <p>○さけひしきごはん/       やさしいりかけごはん(ホ)</p> <p>○えびフライ</p> <p>エネルギー419kcal たんぱく質11.6g</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>	