

月	火	水	木	金
		<p>7月15日</p> <p>すいか</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) 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) ○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) ○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) ○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) ○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) ○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) ○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) ○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) ○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 ○むしパン ○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) ○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) ○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>海の日</p>	<p>19</p>  <p>○しろごはん/ しろごはん(ホ) ○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/ やさいふりかけごはん(ホ) ○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>	