



3月



2023年（令和5年）

のこんだて



ねんちょうさん
3ねんかん
おいしくたべてくれて
ありがとう！

SFS **しょくいく**
フードシステム東北

げつようび

かようび

ういようび

もくようび

きんようび

3/7は、卒園おめでと給食です。

【コンソメ味のピラフ】や
【かわいい星型のコロッケ】

のお弁当です。

3年間のありがとうの気持ちを
こめました。

1

○さけひじきごはん/
さけふりかけ（ホ）
○チキンピカタ
○キャベツペーコンソテー



エネルギー387kcal たんぱく質11.9g

2

○のりごはん/
ちゃめし（ホ）
○サバのみそに
○にくだんご



エネルギー421kcal たんぱく質15.2g

3

○ちらしずし/
ちらしずし（ホ）
○エビフライ
○しゅうまい



エネルギー383kcal たんぱく質11.8g

6

○しろごはん/
しろごはん（ホ）
○ポークカレー
○おまめサラダ



エネルギー380kcal たんぱく質12.5g

7

○ピラフ/
ピラフ（ホ）
○ほしがたコロッケ
○ミートスパゲッティ



エネルギー383kcal たんぱく質9.5g

8

○せとふうみごはん/
やさいふりかけ（ホ）
○とりにくからあげ
○やきそば



エネルギー402kcal たんぱく質12.5g

9

○わかめふりかけ/
しろごはん（ホ）
○チンジャオロース
○たこやき



エネルギー399kcal たんぱく質10.1g

10

○たきこみごはん/
たきこみごはん（ホ）
○さわらさいきょうやき
○チキンナゲット



エネルギー400kcal たんぱく質17.7g

13

○たまごふりかけごはん/
たまごふりかけ（ホ）
○にくやさしいため
○やさいはるまき



エネルギー382kcal たんぱく質9.2g

14

○さけごはん/
おかかふりかけ（ホ）
○カレーコロッケ
○ミートマカロニ



エネルギー408kcal たんぱく質8.1g

15

○しろごはん/
しろごはん（ホ）
○にくじゃが
○むしどりサラダ



エネルギー403kcal たんぱく質10.9g

16

○レーズンロール/
クリームサンド
○ハンバーグ
○ナポリタン



エネルギー441kcal たんぱく質16.1g

17

○ごましおごはん/
うめふりかけ（ホ）
○えびカツ
○えだまめソテー



エネルギー386kcal たんぱく質13.6g

20

○ひじきごはん/
ひじきごはん（ホ）
○あかうおてりやき
○ミートボール



エネルギー372kcal たんぱく質14.0g

21

春分の日

22

○おかかごはん/
たまごふりかけ（ホ）
○メンチカツ
○やさいにくまき



エネルギー412kcal たんぱく質9.8g

・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。
・写真はイメージであり、実際のお弁当と違う場合があります。

