



2020年(令和2年)  
**こんだて**

☆あけましておめでとうございます☆

本年も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。



月	火	水	木	金
<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ないので、当日のPM2時までにお召し上がりください</p>		<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○さけごはん</li> <li>○パンフキンシチュー</li> <li>○チーズたまごロール</li> </ul> <p>エネルギー394kcal たんぱく質13.2g</p>	<p>9</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○ハムサンド</li> <li>○しろみさかなフライ</li> </ul> <p>エネルギー427kcal たんぱく質12.4g</p>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○かおひごはん</li> <li>○すぶた風</li> <li>○あおなちゅうか炒め</li> </ul> <p>エネルギー423kcal たんぱく質8.2g</p>
<p>13</p> <p style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">成人の日</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○白ごはん</li> <li>○ポークカレー</li> <li>○ささかま</li> </ul> <p>エネルギー415kcal たんぱく質11.6g</p>	<p>15</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○わかめふいかけごはん</li> <li>○とじからネギソース</li> </ul> <p>エネルギー391kcal たんぱく質10.3g</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○瀬戸風味ごはん</li> <li>○エビカツ</li> <li>○インゲンツナ和え</li> </ul> <p>エネルギー394kcal たんぱく質11.9g</p>	<p>17</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○のりごはん</li> <li>○あかうお煮つけ</li> </ul> <p>エネルギー384kcal たんぱく質14.7g</p>
<p>20</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○しろごはん</li> <li>○マーボ豆腐</li> </ul> <p>エネルギー416kcal たんぱく質13.0g</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○バーガーバンズ</li> <li>○チーズハンバーグ</li> <li>○コーンえだまめソテー</li> </ul> <p>エネルギー438kcal たんぱく質16.4g</p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○白ごはん</li> <li>○ホイコーロー</li> <li>○五目きんちゃく</li> </ul> <p>エネルギー407kcal たんぱく質11.6g</p>	<p>23</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○こんぶごはん</li> <li>○サバつけ焼き</li> </ul> <p>エネルギー416kcal たんぱく質15.1g</p>	<p>24</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○おかかごはん</li> <li>○チキンピカタ</li> </ul> <p>エネルギー436kcal たんぱく質14.4g</p>
<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ごましおごはん</li> <li>○アジしょうが煮</li> <li>○フロッキー</li> </ul> <p>エネルギー389kcal たんぱく質16.5g</p>	<p>28</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○たまごふいかけごはん</li> <li>○はっほうじそ</li> </ul> <p>エネルギー426kcal たんぱく質14.2g</p>	<p>29</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○さけごはん</li> <li>○チキンカツ</li> </ul> <p>エネルギー441kcal たんぱく質15.1g</p>	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○しろごはん</li> <li>○ハッシュドビーフ</li> <li>○青菜とこえびの和え物</li> </ul> <p>エネルギー408kcal たんぱく質12.1g</p>	<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○さけひじきごはん</li> <li>○かぼちゃチーズフライ</li> <li>○カニカマサラダ</li> </ul> <p>エネルギー432kcal たんぱく質9.0g</p>