



2017年(平成29年)

こんだて

SFS しょくいく  
フードシステム東北

恵方巻って？

恵方巻とは節分に恵方(方角) を向いて食べる海苔巻き寿司のことです。大手コンビニが販売を始めて全国に広まりました。2017年の恵方は「北北西やや北」です。

月	火	水	木	金
		1 ○おかかご飯 ○マーボー豆腐 ○ささみチーズフライ エネルギー397kcal たんぱく質14.2g	2 ○ごま塩ご飯 ○ミートオムレツ ○いかフライ エネルギー400kcal たんぱく質13.9g	3 ○いなり・太巻き ○サーモンフライ  エネルギー439kcal たんぱく質18.7g
6 ○瀬戸風味ごはん ○チキンソテー  エネルギー403kcal たんぱく質12.7g	7 ○玉子ふいかけご飯 ○煮込みハンバーグ ○えだまめ豆腐 エネルギー418kcal たんぱく質12.9g	8 ○そばろごはん ○サバの照り焼き ○春雨中華サラダ エネルギー414kcal たんぱく質16.9g	9 ○さけごはん ○タレカツ  エネルギー408kcal たんぱく質14.7g	10 ○青菜ごはん ○せんだいいも煮風 ○えびしゅうまい エネルギー388kcal たんぱく質11.1g
13 ○昆布ごはん ○とり肉のから揚げ ○やきそば エネルギー421kcal たんぱく質12.9g	14 ○カニカマごはん ○ハートオムレツ  エネルギー395kcal たんぱく質13.1g	15 ○ゆかりごはん ○ホイコーロー ○青菜おかか和え エネルギー392kcal たんぱく質12.1g	16 ○わかめごはん ○さわらのごま香味  エネルギー398kcal たんぱく質11.0g	17 ○チーズサンド ○ミニクリームクロワッサン ○キャベツメンチカツ エネルギー488kcal たんぱく質14.4g
20 ○かおりごはん ○ミートボールトマト煮  エネルギー392kcal たんぱく質11.6g	21 ○のいごはん ○ぶい大根 ○八幡巻き エネルギー392kcal たんぱく質14.5g	22 ○ぶいかけごはん ○カニクリームコロッケ  エネルギー392kcal たんぱく質8.0g	23 ○ごま塩ご飯 ○牛肉れんこん炒め煮 ○かぼちゃコロッケ エネルギー406kcal たんぱく質10.5g	24 ○白ごはん ○ポークカレー  エネルギー418kcal たんぱく質9.3g
27 ○コーンご飯 ○豚肉生姜焼き ○白身魚フライ エネルギー420kcal たんぱく質11.3g	28 ○ハムサンド ○エビフライ  エネルギー449kcal たんぱく質18.0g	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 仕入材料の都合による献立の変更はご了承ください</li> <li>・ 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</li> <li>・ 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</li> </ul>		