

2017年(平成29年)



12月 **こんだて**

SFS **しょくいく**  
フードシステム東北

☆ **新メニュー** ☆

12月13日 **スコッチエッグ**

宮城の伝統野菜を紹介！ ☆ **仙台白菜** ☆

大正時代に誕生した伝統種の松島純二号と松島新二号を総称して「仙台白菜」といいます。

「仙台白菜」にはシールが貼ってあります。スーパーなどで探してみてくださいはいいかがでしょ。

月

火

水

木

金



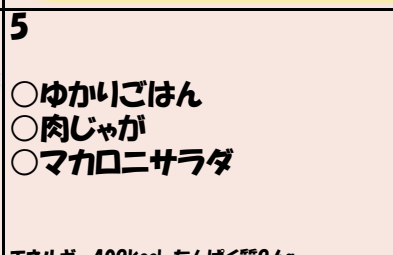
**12月21日ごろ「冬至」**  
1年で一番昼の時間が少ない日です。  
かぼちゃやゆずで風邪をやっつけましょう！



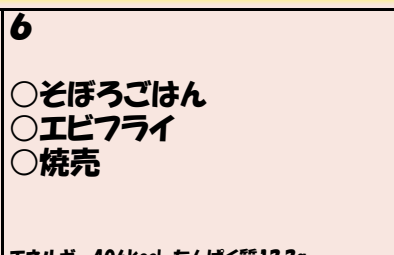
○さけごはん  
○チーズハンバーグ  
エネルギー415kcal たんぱく質13.6g



4  
○玉子ぶいかけごはん  
○さけ揚げ  
エネルギー373kcal たんぱく質12.7g



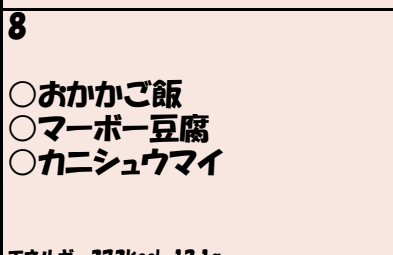
5  
○ゆかりごはん  
○肉じゃが  
○マカロニサラダ  
エネルギー409kcal たんぱく質9.6g



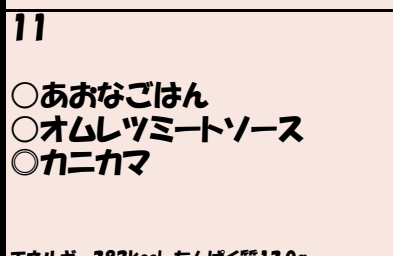
6  
○そばごはん  
○エビフライ  
○焼売  
エネルギー406kcal たんぱく質12.2g



7  
○ごま塩ごはん  
○チキンピカタ  
エネルギー421kcal たんぱく質12.7g



8  
○おかかご飯  
○マーボー豆腐  
○カニシュウマイ  
エネルギー373kcal 12.1g



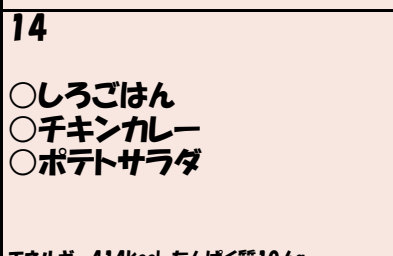
11  
○あおなごはん  
○オムレツミートソース  
○カニカマ  
エネルギー382kcal たんぱく質13.0g



12  
○のりごはん  
○赤魚の煮つけ  
エネルギー506kcal たんぱく質20.1g



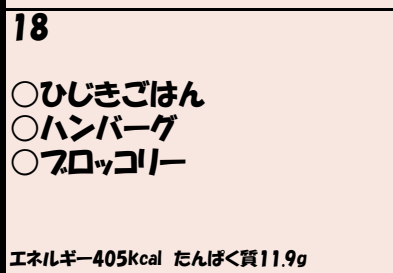
13  
○ハンムサンド  
○スコッチエッグ  
エネルギー443kcal たんぱく質14.2g



14  
○しろごはん  
○チキンカレー  
○ポテトサラダ  
エネルギー414kcal たんぱく質10.6g



15  
○かおりごはん  
○豚肉しょうが焼き  
エネルギー397kcal たんぱく質9.6g



18  
○ひじきごはん  
○ハンバーグ  
○フロッキー  
エネルギー405kcal たんぱく質11.9g



19  
○さんぷごはん  
○とりにくから揚げ  
エネルギー418kcal たんぱく質12.4g

・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。