

2018年(平成30年)



2月

こんだて

SFS **しょくいく**  
フードシステム東北

宮城の伝統野菜を紹介 ☆仙台曲りねぎ☆

仙台曲りねぎは生育中に一度土から抜き、今度は寝かせてから再度土を被せて生育させます。そのストレスからネギは甘みを増し太くたくましく成長していきおいしい曲りねぎになります。



月	火	水	木	金	
			1 ○鮭ごはん ○豚肉生姜焼き ○エビフリッター エネルギー421kcal たんぱく質13.7g	2 ○いなり・太巻き ○千キンピカタ ○節分豆 エネルギー485kcal たんぱく質20.7g	
5 ○ゆかりごはん ○エビカツ ○ぶたにくねぎしお炒め エネルギー419kcal たんぱく質14.2g	6 ○のりごはん ○煮込みハンバーグ ○ウインナーフライ エネルギー422kcal たんぱく質12.1g	7 ○ごましおごはん ○サバてりやき エネルギー417kcal たんぱく質15.8g	8 ○ポテトサラダサンド ○しろみさかなフライ ○たこやき エネルギー472kcal たんぱく質13.8g	9 ○瀬戸風味ごはん ○いもに風 エネルギー427kcal たんぱく質12.2g	
振替休日		13 ○小袋野菜ふりかけごはん ○タレカツ エネルギー430kcal たんぱく質12.6g	14 ○おかかご飯 ○ハートオムレツ ○ささみチーズフライ エネルギー422kcal たんぱく質12.1g	15 ○しろごはん ○ビーフカレー エネルギー425kcal たんぱく質10.7g	16 ○ひじきごはん ○あか魚煮つけ ○中華ポテト エネルギー429kcal たんぱく質14.3g
19 ○昆布ごはん ○とりにくからあげ エネルギー429kcal たんぱく質13.2g	20 ○かおりごはん ○アジのしょうが煮 ○カニシューマイ エネルギー391kcal たんぱく質13.4g	21 ○そばろごはん ○ホイコーロー ○はるまき エネルギー428kcal たんぱく質12.7g	22 ○玉子ふりかけごはん ○いも野菜カツ エネルギー422kcal たんぱく質11.5g	23 ○ゆかり・わかめおにぎり ○チーズハンバーグ ○しろみ魚天ぷら エネルギー423kcal たんぱく質15.0g	
26 ○ちゃめし ○さわら西京焼き ○お豆腐フライ エネルギー397kcal たんぱく質11.1g	27 ○さけごはん ○マーボーナス エネルギー401kcal たんぱく質11.2g	28 ○チーズクリームサンド ○スコッチエッグ エネルギー448kcal たんぱく質14.0g	<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PM3時までにお召し上がりください</li> </ul>		