

昼食お弁当 メニュー表(祝日・弁当なし)



4月中は、ミックス弁当・中 550円(おかずのみ 500円)
プチ弁当 480円(おかずのみ 430円)

お弁当の価格を、5月より値上げいたします。

5月1日より、ミックス弁当・中 580円(おかずのみ 500円)

プチ弁当 480円(おかずのみ 430円)

ご注文は、8:00~9:30までをお願いします

◎ 天候により、魚の種類が変わることがあります。
◎ アレルギーのある方は、お受けできません。
◎ 数に限りがありますので、ご注文をお受けできない場合があります。ご了承ください。

日 付	曜 日		ミックス弁当					プチ弁当									
4/28	月	主 菜	鶏の甘酢あんかけ ✕ 鯖 焼 き					✕鯖焼き									
		副 菜	焼きビーフン・マカロニサラダ・ひじきの炒り煮														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	779	Kcal	タンパク質	27.9	g	脂質	23.8	g	炭水化物	109.4	g	塩分	3.0	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	529	Kcal	タンパク質	19.3	g	脂質	16.7	g	炭水化物	73.3	g	塩分	2.4	g
4/29	火	主 菜	昭和の日のためお休みです。														
		副 菜															
		ミックス 栄養成分	エネルギー		Kcal	タンパク質		g	脂質		g	炭水化物		g	塩分		g
		プチ 栄養成分	エネルギー		Kcal	タンパク質		g	脂質		g	炭水化物		g	塩分		g
4/30	水	主 菜	鶏肉の胡麻味噌照り焼き 鯖 の 竜 田 揚 げ					鶏肉の胡麻味噌照り焼き									
		副 菜	厚揚げの煮物・ポテトサラダ・ほうれん草の菜種和え														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	854	Kcal	タンパク質	29.2	g	脂質	28.5	g	炭水化物	112.3	g	塩分	4.4	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	585	Kcal	タンパク質	19.8	g	脂質	20.2	g	炭水化物	75.1	g	塩分	3.3	g
5/1	木	主 菜	豚肉の塩だれ炒め 鰯 フ ラ イ					鰯 フ ラ イ									
		副 菜	じゃがいもの煮物・春雨胡麻酢和え・ふきと筍の土佐煮														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	923	Kcal	タンパク質	28.6	g	脂質	35.5	g	炭水化物	114.1	g	塩分	3.8	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	589	Kcal	タンパク質	22.2	g	脂質	14.0	g	炭水化物	87.2	g	塩分	3.3	g
5/2	金	主 菜	ささ身のロールカツ 鯖 の 甘 辛 煮					鯖 の 甘 辛 煮									
		副 菜	蓮根の煮物・菜の花の辛し和え・ツナサラダ														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	954	Kcal	タンパク質	40.6	g	脂質	23.8	g	炭水化物	124.5	g	塩分	4.1	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	558	Kcal	タンパク質	19.7	g	脂質	15.8	g	炭水化物	78.7	g	塩分	3.0	g

社会福祉法人 清樹会 **ブライトハウス住吉**

〒880-0121

宮崎市大字島之内字伊鈴山10243番地3

TEL 0985-62-5255

FAX 0985-62-5266

MAIL brighthouse@siren.ocn.ne.jp

