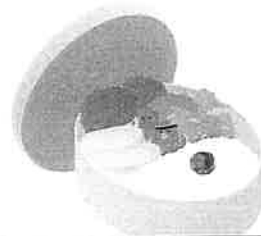


昼食お弁当 メニュー表(祝なし)



お弁当の価格を、5月より値上げいたしております。

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			
9/15	月	敬老の日のためお休みです。							
9/16	火	主菜	ポークチャップ 鰯フライ				鰯フライ		
		副菜	里芋の煮物・こんにゃくの炒り煮・春雨ごま酢和え						
		ミックス 栄養成分	エネルギー	876 Kcal	タンパク質 28.6 g	脂質 25.0 g	炭水化物 126.3 g	塩分 3.7 g	
		プチ 栄養成分	エネルギー	654 Kcal	タンパク質 23.1 g	脂質 19.3 g	炭水化物 91.4 g	塩分 3.1 g	
9/17	水	主菜	鶏の甘酢餡かけ 鯖のみりん焼き				鶏の甘酢餡かけ		
		副菜	竹の子の煮物・ひじきの炒り煮・ポテトサラダ						
		ミックス 栄養成分	エネルギー	718 Kcal	タンパク質 19.1 g	脂質 18.2 g	炭水化物 112.5 g	塩分 3.1 g	
		プチ 栄養成分	エネルギー	550 Kcal	タンパク質 16.4 g	脂質 17.4 g	炭水化物 77.1 g	塩分 2.4 g	
9/18	木	主菜	豚の生姜焼き 鰯のカレー天ぷら				鰯のカレー天ぷら		
		副菜	じゃがいものそぼろ餡かけ・胡瓜の酢味噌和え・れんこんのきんぴら						
		ミックス 栄養成分	エネルギー	805 Kcal	タンパク質 24.0 g	脂質 27.4 g	炭水化物 106.7 g	塩分 3.1 g	
		プチ 栄養成分	エネルギー	453 Kcal	タンパク質 17.4 g	脂質 5.9 g	炭水化物 76.5 g	塩分 2.4 g	
9/19	金	主菜	豚のみそ焼き 鯖の甘辛煮				豚のみそ焼き		
		副菜	厚揚げの煮物・カニサラダ・春雨炒め						
		ミックス 栄養成分	エネルギー	884 Kcal	タンパク質 31.0 g	脂質 23.1 g	炭水化物 129.4 g	塩分 5.0 g	
		プチ 栄養成分	エネルギー	603 Kcal	タンパク質 20.5 g	脂質 17.6 g	炭水化物 85.0 g	塩分 3.2 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

