

夕食お弁当 メニュー表(祝なし)

- ・5月1日より、ごはんの中は、30円、大は、50円価格が上がります。
- ・小ごはんが、150g、中は、250g、大は、300gになります。
- ご了承のほどよろしくお願い申し上げます。



- ◎ 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。

日付	曜日	
9/15	月	敬老の日のためお休みです。
9/16	火	主 菜 豚肉とキャベツの味噌炒め・赤魚揚げ煮
		副 菜 里芋の煮物・こんにゃくの炒り煮・春雨ごま酢和え
		栄養成分 エネルギー 832 Kcal タンパク質 27.1 g 脂質 25.4 g 炭水化物 115.4 g 塩分 3.9 g
9/17	水	主 菜 牛肉野菜炒め・白身魚の梅焼き
		副 菜 竹の子の煮物・ひじきの炒り煮・ポテトサラダ
		栄養成分 エネルギー 748 Kcal タンパク質 24.9 g 脂質 19.9 g 炭水化物 111.1 g 塩分 4.2 g
9/18	木	主 菜 鶏の照り焼き・白身魚の餡かけ
		副 菜 じゃが芋のそぼろあんかけ・胡瓜の酢味噌和え・れんこんのきんぴら
		エネルギー 798 Kcal タンパク質 31.7 g 脂質 16.7 g 炭水化物 121.2 g 塩分 4.6 g
9/19	金	主 菜 チキンのバジル焼き・魚フライ
		副 菜 厚揚げの煮物・カニサラダ・春雨炒め
		栄養成分 エネルギー 879 Kcal タンパク質 30.4 g 脂質 29.4 g 炭水化物 117.4 g 塩分 4.1 g

社会福祉法人 清樹会

ブライighthouse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

