

夕食お弁当 メニュー表



- ・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。
- ◎ 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。

お弁当URL(清樹会HP)
<https://seiju-kai.jp/brighthouse/brighthouse-bento/>

日付	曜日	
10/27	月	主 菜 豚バラの焼肉炒め・赤魚揚げ煮
		副 菜 高野豆腐卵とじ・ぜんまい炒め煮・スパゲティサラダ
		栄養成分 エネルギー 1035 Kcal タンパク質 29.4 g 脂質 49.0 g 炭水化物 111.0 g 塩分 6.2 g
10/28	火	主 菜 牛肉しらたき煮・魚フライ
		副 菜 里芋の煮物・昆布の炒り煮・胡瓜の酢の物
		栄養成分 エネルギー 814 Kcal タンパク質 30.0 g 脂質 21.4 g 炭水化物 117.0 g 塩分 5.1 g
10/29	水	主 菜 豚肉の塩だれ炒め・魚のカレー天ぷら
		副 菜 竹の子の煮物・きんぴらごぼう・カニサラダ
		栄養成分 エネルギー 946 Kcal タンパク質 25.1 g 脂質 40.7 g 炭水化物 112.5 g 塩分 3.6 g
10/30	木	主 菜 鶏肉のごま味噌照り焼き・魚の唐揚げ
		副 菜 じゃが芋のそぼろ餡かけ・ほうれん草の胡麻和え・春雨の中華和え
		エネルギー 751 Kcal タンパク質 31.3 g 脂質 14.9 g 炭水化物 113.0 g 塩分 5.5 g
10/31	金	主 菜 チキンカツ・鰯の柚子焼き
		副 菜 ミートボールの煮物・座禅豆・ポテトサラダ
		栄養成分 エネルギー 812 Kcal タンパク質 27.9 g 脂質 24.9 g 炭水化物 111.5 g 塩分 3.0 g

社会福祉法人 清樹会

〒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

ブライトハウス住吉



お弁当のメニューが載っている、清樹会ホームページのQRコードです。ブライトハウス住吉の配食弁当のご案内からメニューを表示ください。