

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	
11/17	月	主 菜 豚肉の塩だれ炒め・たらかつ
		副 菜 一口がんも・大根の酢の物・れんこんのきんぴら
		栄養成分 エネルギー 805 Kcal タンパク質 26.8 g 脂質 22.3 g 炭水化物 117.6 g 塩分 4.0 g
11/18	火	主 菜 牛肉しらたき煮・赤魚揚げ煮
		副 菜 里芋の煮物・ひじきの炒り煮・マカロニサラダ
		栄養成分 エネルギー 666 Kcal タンパク質 27.2 g 脂質 14.5 g 炭水化物 101.1 g 塩分 2.7 g
11/19	水	主 菜 ひれカツ・白身魚のムニエル
		副 菜 ミートボールの煮物・おからの炒り煮・胡瓜の酢味噌和え
		栄養成分 エネルギー 749 Kcal タンパク質 31.5 g 脂質 13.1 g 炭水化物 117.9 g 塩分 4.1 g
11/20	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・南瓜とブロッコリーのサラダ・ほうれん草の胡麻和え
		エネルギー 766 Kcal タンパク質 29.6 g 脂質 17.1 g 炭水化物 113.7 g 塩分 4.8 g
11/21	金	主 菜 豚肉とキャベツの味噌炒め・アジ塩焼き
		副 菜 れんこんの煮物・こんにゃくの炒り煮・春雨の中華和え
		栄養成分 エネルギー 690 Kcal タンパク質 26.1 g 脂質 14.2 g 炭水化物 107.9 g 塩分 4.2 g

社会福祉法人 清樹会

ブライthouse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



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thouse住吉の配食弁当のご案内からメニューを表示ください。