

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		
12/8	月	主 菜	豚の生姜焼き・たらカツ
		副 菜	高野豆腐卵とじ・れんこんのきんぴら・ゴボウサラダ
		栄養成分	エネルギー 1017 Kcal タンパク質 32.8 g 脂質 49.4 g 炭水化物 103.2 g 塩分 3.6 g
12/9	火	主 菜	お好み風とり天・鰯の南部焼き
		副 菜	里芋の煮物・こんにゃくの胡麻和え・春雨の中華和え
		栄養成分	エネルギー 887 Kcal タンパク質 31.3 g 脂質 32.0 g 炭水化物 112.7 g 塩分 6.1 g
12/10	水	主 菜	ポークチャップ・鰯の天ぷら
		副 菜	じゃが芋の煮物・昆布の炒り煮・ツナサラダ
		栄養成分	エネルギー 813 Kcal タンパク質 31.3 g 脂質 25.0 g 炭水化物 109.3 g 塩分 3.1 g
12/11	木	主 菜	鶏肉焼肉たれ焼き・魚の唐揚げ
		副 菜	竹の子の煮物・ほうれん草の胡麻和え・胡瓜の酢味噌和え
		栄養成分	エネルギー 706 Kcal タンパク質 31.3 g 脂質 17.0 g 炭水化物 99.8 g 塩分 3.5 g
12/12	金	主 菜	すき焼き風煮・魚の竜田揚げ
		副 菜	厚揚げの煮物・ポテトサラダ・切り干し大根の煮物
		栄養成分	エネルギー 993 Kcal タンパク質 28.6 g 脂質 39.6 g 炭水化物 119.6 g 塩分 3.5 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



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ighthouse住吉の配食弁当のご案内からメニューを表示ください。