

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		
12/15	月	主 菜	鶏の竜田揚げ・サワラの幽庵焼き
		副 菜	一口がんも・青梗菜の和え物・スパゲティサラダ
		栄養成分	エネルギー 770 Kcal タンパク質 32.7 g 脂質 25.4 g 炭水化物 97.1 g 塩分 2.0 g
12/16	火	主 菜	牛肉野菜炒め・白身魚のカレームニエル
		副 菜	里芋の煮物・おからの炒り煮・胡瓜の酢の物
		栄養成分	エネルギー 769 Kcal タンパク質 30.0 g 脂質 20.5 g 炭水化物 107.9 g 塩分 4.9 g
12/17	水	主 菜	とりすき・魚フライ
		副 菜	竹の子の煮物・きんぴらごぼう・春雨のサラダ
		栄養成分	エネルギー 912 Kcal タンパク質 31.9 g 脂質 29.1 g 炭水化物 123.2 g 塩分 4.1 g
12/18	木	主 菜	鶏の揚げ漬け・鮭のレモン醤油焼き
		副 菜	ミートボールの煮物・胡瓜の酢の物・ひじきの炒り煮
		栄養成分	エネルギー 806 Kcal タンパク質 30.8 g 脂質 20.0 g 炭水化物 120.4 g 塩分 4.3 g
12/19	金	主 菜	チキンカツ・アジ塩焼き
		副 菜	れんこんの煮物・こんにゃくの炒り煮・ツナサラダ
		栄養成分	エネルギー 817 Kcal タンパク質 28.9 g 脂質 25.8 g 炭水化物 111.1 g 塩分 2.9 g

社会福祉法人 清樹会

ブライハウス住吉

〒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

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。