

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		
12/22	月	主菜	豚の生姜焼き・イワシの梅シソフライ
		副菜	高野豆腐卵とじ・れんこんのきんぴら・切り干し大根の酢の物
		栄養成分	エネルギー 897 Kcal タンパク質 29.2 g 脂質 35.2 g 炭水化物 109.1 g 塩分 3.7 g
12/23	火	主菜	チキンソテーマトソース・魚の唐揚げ
		副菜	里芋の煮物・昆布の炒り煮・胡瓜の酢味噌あえ
		栄養成分	エネルギー 847 Kcal タンパク質 33.3 g 脂質 24.0 g 炭水化物 117.2 g 塩分 4.8 g
12/24	水	主菜	鶏の唐揚げ・白身魚のピカタ焼き
		副菜	厚揚げの煮物・ポテトサラダ・春雨のチャブチェ
		栄養成分	エネルギー 977 Kcal タンパク質 32.3 g 脂質 39.2 g 炭水化物 115.8 g 塩分 4.9 g
12/25	木	主菜	牛肉野菜炒め・シイラのムニエル
		副菜	じゃが芋のそぼろあんかけ・ほうれん草の胡麻和え・ざつくり酢の物
		栄養成分	エネルギー 681 Kcal タンパク質 26.2 g 脂質 14.1 g 炭水化物 104.1 g 塩分 3.7 g
12/26	金	主菜	鶏肉の胡麻味噌照り焼き・鰯フライ
		副菜	蓮根とこんにゃくの煮物・大根の酢の物・ぜんまい炒め煮
		栄養成分	エネルギー 855 Kcal タンパク質 29.4 g 脂質 22.6 g 炭水化物 124.6 g 塩分 5.9 g

社会福祉法人 清樹会

〒880-0021

宮崎市大字島之内字伊鈴山10243番地3

TEL 09-5-62-5255

FAX 09-5-62-5266

E-MAIL brighthouse@siren.co.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。