

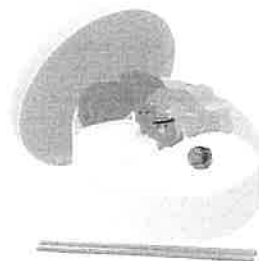
昼食お弁当 メニュー表

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。

ミックス弁当・中 580円(おかずのみ 500円)

プチ弁当 480円 (おかずのみ 430円) がつつり弁当 600円

ご注文は、8:00～9:30までにご利用します



- ◎ 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。

日 付	曜 日		ミックス弁当				プチ弁当					
1/5	月	主 菜	鶏 の 唐 揚 げ 塩 鯖				塩 鯖					
		副 菜	一口がんも・ゴボウサラダ・青梗菜の和え物									
		ミックス 栄養成分	エネルギー	911 Kcal	タンパク質	38.7 g	脂質	37.8 g	炭水化物	97.3 g	塩分	3.4 g
		プチ 栄養成分	エネルギー	619 Kcal	タンパク質	29.1 g	脂質	24.5 g	炭水化物	65.6 g	塩分	3.1 g
1/6	火	主 菜	デミソースハンバーグ 白 身 魚 の フ ラ イ				デミソースハンバーグ					
		副 菜	里芋の煮物・れんこんのきんぴら・切干大根のサラダ									
		ミックス 栄養成分	エネルギー	902 Kcal	タンパク質	28.9 g	脂質	29.5 g	炭水化物	122.7 g	塩分	3.7 g
		プチ 栄養成分	エネルギー	656 Kcal	タンパク質	19.4 g	脂質	24.9 g	炭水化物	84.0 g	塩分	3.3 g
1/7	水	主 菜	チ キ ン 南 蛮 鯖のみりん焼き				チ キ ン 南 蛮					
		副 菜	じゃが芋の煮物・おからの炒り煮・春雨胡麻酢和え									
		ミックス 栄養成分	エネルギー	1004 Kcal	タンパク質	33.0 g	脂質	35.1 g	炭水化物	128.1 g	塩分	4.5 g
		プチ 栄養成分	エネルギー	751 Kcal	タンパク質	23.2 g	脂質	29.2 g	炭水化物	90.1 g	塩分	3.7 g
1/8	木	主 菜	豚の生姜焼き 鰹の柚子焼き				鰹 の 柚 子 焼 き					
		副 菜	ミートボールの煮物・マカロニサラダ・ひじきの炒り煮									
		ミックス 栄養成分	エネルギー	830 Kcal	タンパク質	24.9 g	脂質	31.6 g	炭水化物	105.5 g	塩分	3.2 g
		プチ 栄養成分	エネルギー	483 Kcal	タンパク質	18.6 g	脂質	10.9 g	炭水化物	74.6 g	塩分	2.4 g
1/9	金	主 菜	鶏のさっぱり煮 鯖の竜田揚げ				鯖 の 竜 田 揚 げ					
		副 菜	竹の子の煮物・こんにゃくの炒り煮・胡瓜の酢の物									
		ミックス 栄養成分	エネルギー	825 Kcal	タンパク質	32.2 g	脂質	25.6 g	炭水化物	109.4 g	塩分	3.4 g
		プチ 栄養成分	エネルギー	585 Kcal	タンパク質	21.6 g	脂質	18.9 g	炭水化物	76.2 g	塩分	2.9 g

社会福祉法人 清樹会 ブライトハウス住吉

〒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



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。

お弁当URL(清樹会HP)

<https://seiju-kai.jp/brighthouse/brighthouse-bento/>