

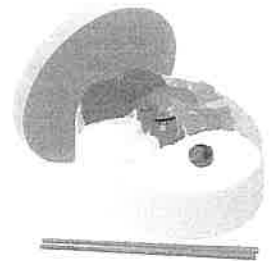
昼食お弁当 メニュー表

月曜日は、お休みさせていただきます。

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までにお願いします



- ◎ 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										
1/12	月	主 菜	厨房工事のためお休みさせていただきます。														
		副 菜															
		ミックス 栄養成分	エネルギー	Kcal	タンパク質	g	脂質	g	炭水化物	g	塩分	g					
		プチ 栄養成分	エネルギー	Kcal	タンパク質	g	脂質	g	炭水化物	g	塩分	g					
1/13	火	主 菜	メ ン チ カ ツ 鯖 の 甘 辛 煮				鯖 の 甘 辛 煮										
		副 菜	高野豆腐卵とじ・春雨の中華和え・ほうれん草のごま和え														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	997	Kcal	タンパク質	37.9	g	脂質	32.9	g	炭水化物	126.6	g	塩分	6.9	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	579	Kcal	タンパク質	24.4	g	脂質	14.5	g	炭水化物	81.4	g	塩分	5.8	g
1/14	水	主 菜	ミートボールの酢豚風 鰯 の 柚 子 焼 き				ミートボールの酢豚風										
		副 菜	じゃが芋の煮物・昆布の炒り煮・カニサラダ														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	794	Kcal	タンパク質	21.4	g	脂質	23.7	g	炭水化物	116.2	g	塩分	3.1	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	631	Kcal	タンパク質	13.3	g	脂質	22.8	g	炭水化物	87.8	g	塩分	3.0	g
1/15	木	主 菜	焼きキーマカレー 白 身 魚 の フ ラ イ				白 身 魚 の フ ラ イ										
		副 菜	厚揚げの煮物・ぜんまい炒め煮・胡瓜の酢味噌和え														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	816	Kcal	タンパク質	27.2	g	脂質	22.8	g	炭水化物	117.1	g	塩分	4.7	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	538	Kcal	タンパク質	21.4	g	脂質	11.2	g	炭水化物	81.7	g	塩分	3.3	g
1/16	金	主 菜	味 噌 カ ツ 鰯 鯖 焼 き				味 噌 カ ツ										
		副 菜	蓮根の煮物・春雨のチャブチェ・ポテトサラダ														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	1099	Kcal	タンパク質	32.5	g	脂質	39.7	g	炭水化物	141.2	g	塩分	5.9	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	888	Kcal	タンパク質	23.5	g	脂質	34.3	g	炭水化物	110.7	g	塩分	5.8	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/>