

夕食お弁当 メニュー表



・肉弁当 中ご飯は、580円。魚弁当 中ご飯は、580円。ミックス弁当 中ご飯は、630円。大は、50円 価格が上がります。
・小ごはんは、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														
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													
		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	豚肉の塩だれ炒め・白身魚のあんかけ												
		副 菜	高野豆腐卵とじ・春雨の中華和え・きんぴらごぼう												
		栄養成分	エネルギー	919	Kcal	タンパク質	30.2	g	脂質	36.6	g	炭水化物	110.3	g	塩分
1/14	水	主 菜	鶏のさっぱり煮・魚の天ぷら												
		副 菜	じゃが芋の煮物・昆布の炒り煮・カニサラダ												
		栄養成分	エネルギー	890	Kcal	タンパク質	31.1	g	脂質	29.6	g	炭水化物	116.6	g	塩分
1/15	木	主 菜	牛肉しらたき煮・魚の竜田揚げ												
		副 菜	厚揚げの煮物・ぜんまい炒め煮・胡瓜の酢味噌和え												
			エネルギー	759	Kcal	タンパク質	26.0	g	脂質	18.6	g	炭水化物	113.3	g	塩分
1/16	金	主 菜	チキンのバジル焼き・魚フライ												
		副 菜	蓮根の煮物・春雨のチャプチェ・ポテトサラダ												
		栄養成分	エネルギー	1003	Kcal	タンパク質	32.7	g	脂質	40.4	g	炭水化物	118.9	g	塩分

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。