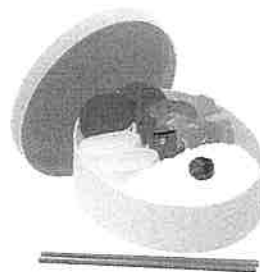


昼食お弁当 メニュー表

ミックス弁当 小ご飯550円 中ご飯580円 大ご飯600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までをお願いします



- ◎ 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										
2/2	月	主菜	メンチカツ 鯖 の 甘 辛 煮				メンチカツ										
		副菜	あんかけ焼きそば・ひじきの炒り煮・ゴボウサラダ														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	1026	Kcal	タンパク質	33.3	g	脂質	34.4	g	炭水化物	135.4	g	塩分	4.6	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	750	Kcal	タンパク質	23.1	g	脂質	28.9	g	炭水化物	92.5	g	塩分	2.5	g
2/3	火	主菜	恵方巻のため、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
2/4	水	主菜	鶏のチリソース 鯖 の 照 り 焼 き				鶏のチリソース										
		副菜	ミートボールの煮物・昆布の炒り煮・ツナサラダ														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	931	Kcal	タンパク質	33.5	g	脂質	32.8	g	炭水化物	117.8	g	塩分	4.5	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	648	Kcal	タンパク質	22.9	g	脂質	25.5	g	炭水化物	76.6	g	塩分	2.8	g
2/5	木	主菜	豚肉の塩だれ炒め 鰯の梅しそフライ				鰯の梅しそフライ										
		副菜	蓮根とこんにゃくの煮物・しらたきのきんぴら・胡瓜の酢の物														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	734	Kcal	タンパク質	19.8	g	脂質	22.0	g	炭水化物	106.5	g	塩分	3.5	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	452	Kcal	タンパク質	15.2	g	脂質	8.2	g	炭水化物	73.7	g	塩分	2.4	g
2/6	金	主菜	鶏のカレー唐揚げ 鯖 の 味 噌 煮				鯖 の 味 噌 煮										
		副菜	竹の子の煮物・小松菜辛し和え・スパゲッティサラダ														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	892	Kcal	タンパク質	34.1	g	脂質	34.0	g	炭水化物	105.5	g	塩分	2.0	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	602	Kcal	タンパク質	23.1	g	脂質	21.8	g	炭水化物	73.2	g	塩分	1.4	g

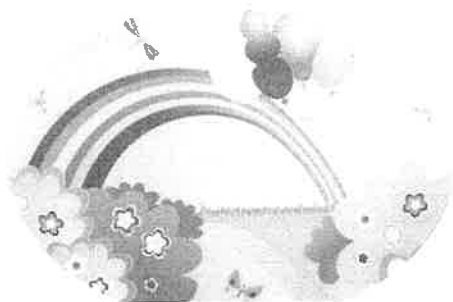
社会福祉法人 清樹会 **ブライトハウス住吉**

〒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/>