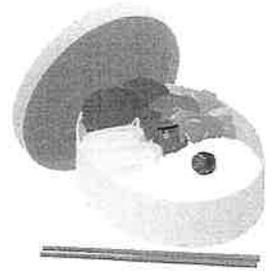


# 昼食お弁当 メニュー表



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					
2/23	月	主菜	祝日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
2/24	火	主菜	豚の生姜焼き 鰯フライ				鰯フライ					
		副菜	里芋の煮物・こんにゃくの炒り煮・さつま芋サラダ									
		ミックス 栄養成分	エネルギー	1098 Kcal	タンパク質	32.1 g	脂質	47.1 g	炭水化物	127.4 g	塩分	3.9 g
		プチ 栄養成分	エネルギー	718 Kcal	タンパク質	23.5 g	脂質	23.9 g	炭水化物	96.1 g	塩分	3.1 g
2/25	水	主菜	鶏肉の胡麻味噌照り焼き 鯖の竜田揚げ				鶏肉の胡麻味噌照り焼き					
		副菜	厚揚げの煮物・胡瓜の酢の物・きんぴらごぼう									
		ミックス 栄養成分	エネルギー	828 Kcal	タンパク質	30.0 g	脂質	12.7 g	炭水化物	80.8 g	塩分	3.8 g
		プチ 栄養成分	エネルギー	533 Kcal	タンパク質	18.9 g	脂質	12.7 g	炭水化物	80.8 g	塩分	3.8 g
2/26	木	主菜	味噌カツ 鰯の柚子焼き				味噌カツ					
		副菜	じゃがいもの煮物・小松菜の和え物・ツナサラダ									
		ミックス 栄養成分	エネルギー	765 Kcal	タンパク質	23.6 g	脂質	25.8 g	炭水化物	99.5 g	塩分	3.3 g
		プチ 栄養成分	エネルギー	765 Kcal	タンパク質	23.6 g	脂質	25.8 g	炭水化物	99.5 g	塩分	3.3 g
2/27	金	主菜	メンチカツ 鯖のみりん焼き				鯖のみりん焼き					
		副菜	蓮根の煮物・竹の子の土佐煮・千切り大根と胡瓜の酢の物									
		ミックス 栄養成分	エネルギー	961 Kcal	タンパク質	34.7 g	脂質	32.6 g	炭水化物	122.3 g	塩分	4.0 g
		プチ 栄養成分	エネルギー	550 Kcal	タンパク質	21.8 g	脂質	14.3 g	炭水化物	77.9 g	塩分	3.0 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/>