

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					
3/23	月	主菜	豚のみそ焼き・イワシの梅しそフライ			
		副菜	高野豆腐卵とじ・青梗菜の和え物・スパゲティサラダ			
		栄養成分	エネルギー 862 Kcal	タンパク質 35.7 g	脂質 27.1 g	炭水化物 110.1 g
3/24	火	主菜	とり天・さわらの南部焼き			
		副菜	里芋の煮物・春雨の中華和え・切り干し大根の煮物			
		栄養成分	エネルギー 857 Kcal	タンパク質 30.6 g	脂質 27.0 g	炭水化物 116.5 g
3/25	水	主菜	おろし豚カツ・鮭のレモン醤油焼き			
		副菜	高野豆腐の煮物・カニサラダ・きんぴらごぼう			
		栄養成分	エネルギー 895 Kcal	タンパク質 31.3 g	脂質 28.7 g	炭水化物 120.8 g
3/26	木	主菜	鶏の揚げ漬け・魚の煮付け			
		副菜	じゃがいもの煮物・菜の花の辛子和え・胡瓜の酢味噌和え			
		栄養成分	エネルギー 714 Kcal	タンパク質 28.1 g	脂質 12.1 g	炭水化物 113.3 g
3/27	金	主菜	牛肉野菜炒め・魚の天ぷら			
		副菜	竹の子の煮物・ぜんまい炒め煮・ポテトサラダ			
		栄養成分	エネルギー 848 Kcal	タンパク質 28.5 g	脂質 31.6 g	炭水化物 105.1 g

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。