

夕食お弁当 メニュー表



※令和8年4月1日よりお弁当の値段が変更になります。

肉弁当または魚弁当 : 小ご飯570円、中ご飯 600円、大ご飯620円、おかずのみ520円

ミックス弁当 : 小ご飯620円、中ご飯650円、大ご飯670円、おかずのみ570円

- ◎ 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/bighthouse/bighthouse-bento/>

日付	曜日						
6/15	月	主菜	豚肉のみそ焼き・カレイの煮つけ				
		副菜	高野豆腐の卵とじ・青梗菜の和え物・切干大根の酢物				
		栄養成分	エネルギー 849 Kcal	タンパク質 36.5 g	脂質 23.0 g	炭水化物 114.1 g	塩分 5.2 g
6/16	火	主菜	鶏の照り焼き・鮭フライ				
		副菜	里芋の煮物・スパゲティサラダ・れんこんのきんぴら				
		栄養成分	エネルギー 904 Kcal	タンパク質 31.6 g	脂質 26.9 g	炭水化物 127.4 g	塩分 4.7 g
6/17	水	主菜	豚肉とキャベツのみそ炒め・白身魚のムニエル				
		副菜	じゃが芋の煮物・胡瓜の酢物・こんにゃくの炒り煮				
		栄養成分	エネルギー 691 Kcal	タンパク質 25.8 g	脂質 13.1 g	炭水化物 108.4 g	塩分 3.6 g
6/18	木	主菜	豚のチーズカツレツ				
		副菜	蓮根の煮物・ポテトサラダ・春雨のチャプチェ				
		栄養成分	エネルギー 939 Kcal	タンパク質 31.9 g	脂質 29.5 g	炭水化物 126.9 g	塩分 5.3 g
6/19	金	主菜	鶏すき・カレイの西京焼き				
		副菜	厚揚げの煮物・ナスのみそ炒め・大根と胡瓜の酢物				
		栄養成分	エネルギー 723 Kcal	タンパク質 28.8 g	脂質 18.8 g	炭水化物 103.5 g	塩分 2.5 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 bighthouse@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。