

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/brighthouse/brighthouse-bento/>

日付	曜日						
6/29	月	主菜	豚肉の塩だれ炒め・たらかつ				
		副菜	高野豆腐卵とじ・チンゲン菜土佐和え・スパゲッティサラダ				
		栄養成分	エネルギー 960 Kcal	タンパク質 29.2 g	脂質 47.6 g	炭水化物 97.2 g	塩分 3.9 g
6/30	火	主菜	鶏肉の胡麻味噌照り焼き・白身魚の揚げ漬け				
		副菜	里芋の煮物・ざっくり酢の物・こんにゃくの炒り煮				
		栄養成分	エネルギー 807 Kcal	タンパク質 33.3 g	脂質 19.8 g	炭水化物 116.3 g	塩分 4.7 g
7/1	水	主菜	ひれカツ・サワラの南部焼き				
		副菜	じゃがいもの煮物・れんこんとゴーヤのサラダ・春雨炒め				
		栄養成分	エネルギー 828 Kcal	タンパク質 30.1 g	脂質 23.2 g	炭水化物 116.2 g	塩分 2.5 g
7/2	木	主菜	とり天・煮魚				
		副菜	蓮根とこんにゃくの煮物・小松菜の和え物・胡瓜の酢の物				
		栄養成分	エネルギー 867 Kcal	タンパク質 29.0 g	脂質 25.9 g	炭水化物 120.7 g	塩分 4.4 g
7/3	金	主菜	牛肉しらたき煮・鱈の天ぷら				
		副菜	厚揚げの煮物・南瓜のサラダ・昆布の炒り煮				
		栄養成分	エネルギー 789 Kcal	タンパク質 27.4 g	脂質 22.1 g	炭水化物 111.9 g	塩分 3.5 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

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。