

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。

日付	曜日	メニュー													
7/20	月	主 菜	海の日でお休みさせていただきます。												
		副 菜													
		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			
7/21	火	主 菜	牛肉しらたき煮・イカメンチカツ												
		副 菜	里芋の煮物・春雨のチャプチェ・胡瓜の酢の物												
		栄養成分	エネルギー	798	Kcal	タンパク質	23.4	g	脂質	23.4	g	炭水化物	115.0	g	塩分
7/22	水	主 菜	豚しゃぶ・鮭のレモン醤油焼き												
		副 菜	蓮根とこんにゃくの煮物・ぜんまい炒め煮・カレー風ポテトサラダ												
		栄養成分	エネルギー	770	Kcal	タンパク質	29.5	g	脂質	17.4	g	炭水化物	114.0	g	塩分
7/23	木	主 菜	豚のチーズカツレツ・赤魚の野菜あんかけ												
		副 菜	じゃが芋煮物・小松菜の和え物・春雨ごま酢和え												
			エネルギー	813	Kcal	タンパク質	31.2	g	脂質	16.9	g	炭水化物	125.0	g	塩分
7/24	金	主 菜	お好み風とり天・白身魚のカレームニエル												
		副 菜	ミートボールの煮物・ひじきの炒り煮・ツナサラダ												
		栄養成分	エネルギー	931	Kcal	タンパク質	30.5	g	脂質	36.6	g	炭水化物	114.7	g	塩分

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

