

昼食お弁当 メニュー表

※令和8年4月1日より料金が変わります。

ミックス弁当：小ご飯570円、中ご飯600円、大ご飯620円（おかずのみ 520円）

プチ弁当：500円（おかずのみ 450円）、がつつり弁当：620円

ご注文は、8:00～9:30までをお願いします

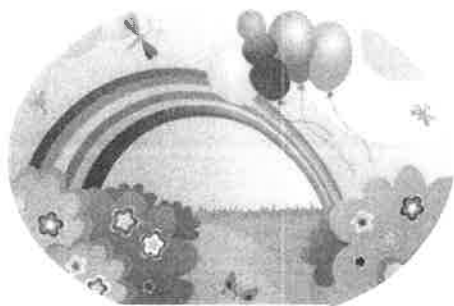


◎ 天候により、魚の種類が変わることがあります。

◎ 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									
8/24	月	主 菜	デミソースハンバーグ た ら か つ					た ら か つ									
		副 菜	あんかけ焼きそば・昆布の炒り煮・大根の酢の物														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	758	Kcal	タンパク質	22.8	g	脂質	19.4	g	炭水化物	116.1	g	塩分	4.2	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	536	Kcal	タンパク質	18.0	g	脂質	14.8	g	炭水化物	77.3	g	塩分	2.7	g
8/25	火	主 菜	豚 カ ツ 鯖 の 甘 辛 煮					豚 カ ツ									
		副 菜	里芋の煮物・きんぴらごぼう・ツナサラダ														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	1030	Kcal	タンパク質	32.9	g	脂質	38.3	g	炭水化物	130.6	g	塩分	4.1	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	726	Kcal	タンパク質	24.1	g	脂質	28.8	g	炭水化物	87.8	g	塩分	2.8	g
8/26	水	主 菜	鶏肉焼肉たれ焼き 鰹の黒酢餡かけ					鶏肉焼肉たれ焼き									
		副 菜	厚揚げの煮物・ぜんまい炒め煮・胡瓜の酢の物														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	783	Kcal	タンパク質	27.6	g	脂質	20.3	g	炭水化物	115.8	g	塩分	4.4	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	485	Kcal	タンパク質	18.4	g	脂質	13.7	g	炭水化物	67.4	g	塩分	3.0	g
8/27	木	主 菜	豚 の 生 姜 焼 き 鯖 の み り ん 焼 き					鯖 の み り ん 焼 き									
		副 菜	じゃが芋の煮物・スパゲッティサラダ・ほうれん草の胡麻和え														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	954	Kcal	タンパク質	27.8	g	脂質	37.8	g	炭水化物	114.9	g	塩分	3.4	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	606	Kcal	タンパク質	21.0	g	脂質	18.2	g	炭水化物	82.7	g	塩分	2.7	g
8/28	金	主 菜	鶏 の 唐 揚 げ 鮭のレモン醤油焼き					鶏 の 唐 揚 げ									
		副 菜	竹の子の煮物・胡瓜の酢の物・切り干し大根の煮物														
		ミックス 栄養成分	エネルギー	750	Kcal	タンパク質	29.1	g	脂質	17.7	g	炭水化物	111.1	g	塩分	4.0	g
		プチ 栄養成分	エネルギー	541	Kcal	タンパク質	19.6	g	脂質	16.0	g	炭水化物	73.7	g	塩分	2.4	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/>