

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					
10/12	月	主菜	スポーツの日のため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
10/13	火	主菜	鶏の照り焼き・赤魚の野菜あんかけ				
		副菜	里芋の煮物・胡瓜の酢味噌和え・春雨炒め				
		栄養成分	エネルギー 765	Kcal	タンパク質 28, 5 g	脂質 15, 6 g	炭水化物 119, 8 g 塩分 4, 4 g
10/14	水	主菜	豚のピカタ焼き・魚のフライ				
		副菜	ミートボールの煮物・カレー風ポテトサラダ・きんぴらごぼう				
		栄養成分	エネルギー 879	Kcal	タンパク質 32, 3 g	脂質 28, 3 g	炭水化物 117, 0 g 塩分 3, 6 g
10/15	木	主菜	牛肉野菜炒め・魚の唐揚げ				
		副菜	竹の子の煮物・大根の酢の物・昆布の炒り煮				
		栄養成分	エネルギー 633	Kcal	タンパク質 24, 1 g	脂質 10, 3 g	炭水化物 104, 4 g 塩分 4, 4 g
10/16	金	主菜	鶏の揚げ漬け・白身魚のカレームニエル				
		副菜	じゃがいもの煮物・ひじきの炒り煮・さつまいもサラダ				
		栄養成分	エネルギー 808	Kcal	タンパク質 29, 7 g	脂質 23, 7 g	炭水化物 113, 5 g 塩分 3, 3 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

