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					
11/23	月	主菜	勤労感謝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
11/24	火	主菜	鶏のドレッシングソース・魚の天ぷら				
		副菜	里芋の煮物・れんこんのきんぴら・スパゲッティサラダ				
		栄養成分	エネルギー　959　Kcal	タンパク質　37．5　g	脂質　35．5　g	炭水化物　116．3　g	塩分　3．4　g
11/25	水	主菜	すき焼き風煮・さわらの幽庵焼き				
		副菜	れんこんの煮物・昆布の炒り煮・ざっくり酢の物				
		栄養成分	エネルギー　838　Kcal	タンパク質　26．4　g	脂質　27．8　g	炭水化物　111．2　g	塩分　3．8　g
11/26	木	主菜	鶏の唐揚げ・塩鮭				
		副菜	じゃがいもの煮物・ほうれん草のごま和え・ごぼうサラダ				
			エネルギー　791　Kcal	タンパク質　28．7　g	脂質　26．5　g	炭水化物　100．8　g	塩分　3．2　g
11/27	金	主菜	豚肉の塩だれ炒め・白身魚のピタカ焼き				
		副菜	厚揚げの煮物・ぜんまいの炒め煮・胡瓜の酢の物				
		栄養成分	エネルギー　845　Kcal	タンパク質　27．1　g	脂質　33．7　g	炭水化物　102．5　g	塩分　4．1　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

