

クッキング キョート
日替り弁当

2012
7
JULY

昼食メニューカレンダー

毎日が笑顔で過ごせたら... 食から始まる、明日の笑顔!
四季彩々 食材へのこだわり、味へのこだわり、クッキングキョートオリジナル

担当栄養士 笹嶋 妙子

◆昼食はPM1:00までにお召し上がり下さい。
◆材料入荷の都合により献立を変更することがあります。
◆お弁当は冷所において下さい。
◆食後、衛生上、食器の水洗いにご協力をお願いします。
◆食事前には必ず手を洗いましょう。
E=エネルギー・P=たんぱく質・F=脂質
表示成分は、松弁当の副食のみの値になっております。桜弁当の成分は、別紙専用献立表

電子レンジのご使用について
松弁当=OK
桜弁当=NG
※桜弁当は油物等が高温になり、蓋りが割れる恐れがあります。

松弁当 掲載写真の内容
※容器イメージ

桜弁当 掲載写真のメイン献立が(緑文字)に変わります。
※容器イメージ

掲載写真の松弁当のメイン献立がカレンダー掲載の下段(緑文字)に変更になり、プラス一品のお届けとなります。手作りする調理としましてより高級感のある逸品をお楽しみいただけますので、ぜひご賞味くださいませ。

月	火	水	木	金	土
2 サケの塩焼 E 272kcal P 21.5g F 11.4g	3 カレールーコロケ E 366kcal P 10.3g F 17.8g おすすすめ	4 小えび天 ユーリンソース E 273kcal P 10.9g F 18.2g	5 チキンカツ E 338kcal P 12.9g F 14.8g	6 ホッケの塩焼 E 259kcal P 18.9g F 10.9g	7 焼き肉 E 374kcal P 22.6g F 22.8g
桜弁当⇒ チキン竜田揚	桜弁当⇒ サバの煮付	桜弁当⇒ 特選 豚ロース生姜焼	桜弁当⇒ タラの青じそ香味焼	桜弁当⇒ 中華メンチ	桜弁当⇒ アジ竜田揚カレーソース
9 サバの塩焼 E 321kcal P 21.1g F 17.4g	10 豆腐ハンバーグ 肉味噌あん E 338kcal P 13.5g F 16.6g	11 あじフィーレ ごまフライ E 361kcal P 13.2g F 19.2g	12 ヒレカツ E 376kcal P 17.2g F 21g	13 サケの香焼 E 334kcal P 17.1g F 15.2g	14 目玉焼フライ E 296kcal P 12.5g F 13.7g
桜弁当⇒ ガンパールチーズコロケ	桜弁当⇒ サケの塩焼	桜弁当⇒ ホイコーロー	桜弁当⇒ ホッケの塩焼	桜弁当⇒ 手作りチキンカツ	桜弁当⇒ 海鮮八宝菜
16 海の日	17 ミックスフライ (エビ、白身魚、イカリング) E 420kcal P 16g F 18.6g おすすすめ	18 チキン唐揚 E 323kcal P 17.7g F 16.8g	19 サバのカレー焼 E 383kcal P 23.6g F 18.9g	20 豚肉生姜炒め E 264kcal P 12.3g F 10.4g	21 カレイの唐揚 E 282kcal P 22.8g F 12.9g
	桜弁当⇒ 照焼ハンバーグ	桜弁当⇒ とろアジの塩焼	桜弁当⇒ おろしトンカツ	桜弁当⇒ 肉じゃがコロケ	桜弁当⇒ 鶏の照焼
23 おろしハンバーグ E 299kcal P 14.9g F 14.4g おすすすめ	24 カニ玉 E 224kcal P 11.1g F 10g	25 枝豆コロケ E 373kcal P 13.3g F 16.2g	26 ニシンと茄子の煮付 E 369kcal P 24.3g F 20.5g	27 おからフライ E 323kcal P 16.6g F 10.7g	28 イカステーキ E 293kcal P 14.4g F 13.8g
桜弁当⇒ 白身魚&豆腐のふんわり蒸	桜弁当⇒ ヒレカツ	桜弁当⇒ サバの塩焼	桜弁当⇒ 天ぷら盛合せ	桜弁当⇒ タンドリーチキン	桜弁当⇒ 麻婆茄子
30 鶏のネギ塩焼 E 433kcal P 22g F 24.5g	31 サバの揚おろし煮 E 348kcal P 19.3g F 21.1g (ハッピー)				
桜弁当⇒ エビフライ	桜弁当⇒ 焼き肉				

1日限定50食! 完全予約制
販売は(月~金)迄です。

毎月 月水金 涼
毎月 火木 鮭ごはん

300円弁当 ¥300(税込)
主菜の内容は、毎日変更ございません。
※土・日・祝の販売は、致していません。

《ご注文方法》
予約制ですので、前営業日の午後1時まで、食数注文書が電話で、商品名と数量をお申し込み下さい。
※納品当日の変更はお受け出来かねます。
※土・日・祝の販売は、致していません。

(株)クッキング キョート
〒615-0801 京都市右京区西京極豆田町6
TEL 075(311)3792(代)・FAX 075(311)9586
献立に関するメールでのお問合せ eiyoushi@cooking-kyoto.co.jp

この献立表は、弊社ホームページでもご覧頂けます。
URL <http://www.cooking-kyoto.co.jp/>



ご案内 必見
7/1より 限定メニューを
変更させていただきます。
☆麺セット販売開始!
お待たせしました! 本年も大好評頂いております。夏季限定「麺セット」を企画致しました! 2種類のセットを下記の曜日で販売致しますので、ぜひご賞味くださいませ。
うどん=月水金 そば=火木で販売
☆300円弁当 第四弾
メニューはそのままで継続販売

夏の期間中、食品衛生上、炊込み御飯は、休止とさせていただきます。
夏

クッキング キョート オリジナル
手作り特選カレー
美味しさお袋に閉じ込めました。
毎日お届けできます。

※表示写真のお漬物は、イメージです。変更する場合がございますのでご了承くださいませ。
※(骨ナン)記載の魚は、骨抜き処理をしております。稀に骨が残っている場合がございますが、ご了承くださいませ。
白ご飯 E 414kcal P 7.3g F 1.4g
※表示成分には、主食が含まれておりません。主食みの成分は左記数値を加算して下さい。