

クッキング キョート
日替り弁当

2012
10
OCTOBER

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 菜上 笔崎 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。手作り基調としたより高級感のある食品をめぐらしてありますので、ぜひご賞味くださいませ。

月	火	水	木	金	土
<p>1 カレイの唐揚 南蛮だれ E 307kcal P 14.1g F 12.5g</p>  <p>桜弁当⇒ 豚ロース香味焼</p>	<p>2 照焼豆腐ハンバーグ E 326kcal P 11.9g F 18g</p>  <p>桜弁当⇒ イカ天マヨソース</p>	<p>3 チキン南蛮& フォーハイ E 343kcal P 14.7g F 16.6g</p> <p>おすすすめ</p>  <p>桜弁当⇒ 焼栗コロッケ</p>	<p>4 味噌カツ E 335kcal P 18.5g F 14.4g</p>  <p>桜弁当⇒ サバの塩焼</p>	<p>5 開きエビ クリーミーフライ E 385kcal P 19.6g F 21.8g</p>  <p>桜弁当⇒ 鶏の治部煮</p>	<p>6 焼き肉 E 336kcal P 11.7g F 15.5g</p>  <p>桜弁当⇒ サンマの南蛮漬</p>
<p>8 体育の日 Let's Play! Sports Day.</p> 	<p>9 サケの塩焼 E 261kcal P 16.9g F 11.3g</p>  <p>桜弁当⇒ トンカツ玉とし風</p>	<p>10 野菜コロッケ E 269kcal P 15.3g F 15.2g</p>  <p>桜弁当⇒ とろアジ柚子味噌漬焼</p>	<p>11 サバの塩焼 E 279kcal P 17.8g F 17.1g</p>  <p>きのこご飯</p> <p>桜弁当⇒ チキンカツミートソース</p>	<p>12 甘辛たれカツ E 334kcal P 14g F 10.2g</p> <p>おすすすめ</p>  <p>桜弁当⇒ 帆立のバター醤油焼</p>	<p>13 八宝菜 E 271kcal P 13.6g F 10.1g</p>  <p>桜弁当⇒ 明太クノーデル</p>
<p>15 デミグラスハンバーグ E 417kcal P 19.4g F 19.5g</p> <p>おすすすめ</p>  <p>桜弁当⇒ エビフライ</p>	<p>16 サケの味噌マヨ焼 E 309kcal P 19.3g F 15.2g</p>  <p>桜弁当⇒ メンチカツ</p>	<p>17 チキン唐揚 E 422kcal P 22.1g F 19g</p>  <p>桜弁当⇒ 煮さば</p>	<p>18 アジフィーレ ごまフライ E 411kcal P 12.4g F 17.1g</p>  <p>桜弁当⇒ 黒酢入り豚豚</p>	<p>19 豚肉の生姜炒め E 341kcal P 24.2g F 20.7g</p>  <p>桜弁当⇒ 豆腐の挽肉包み焼</p>	<p>20 ハムエッグフライ E 343kcal P 13.1g F 17.1g</p>  <p>桜弁当⇒ タラの照焼</p>
<p>22 サーモンフライ トマトソース E 296kcal P 13.6g F 13.2g</p>  <p>桜弁当⇒ チキンチーズ焼</p>	<p>23 すき焼き風煮 E 342kcal P 21.3g F 11.9g</p>  <p>桜弁当⇒ 厚揚げのピカタ</p>	<p>24 ミートコロッケ E 376kcal P 15.2g F 17g</p>  <p>桜弁当⇒ おでん風煮</p>	<p>25 鶏の山賊焼 E 431kcal P 24.2g F 23.1g</p>  <p>桜弁当⇒ 白身魚の竜田揚甘酢あん</p>	<p>26 煮サバ (骨ナシ) E 389kcal P 21.6g F 19.3g</p>  <p>桜弁当⇒ 天ぷら盛り合わせ</p>	<p>27 メンチカツ E 449kcal P 11.8g F 21.6g</p>  <p>桜弁当⇒ カニ玉</p>
<p>29 白身天チリソース E 284kcal P 14.1g F 11.8g</p>  <p>桜弁当⇒ イタリアンハンバーグ</p>	<p>30 豚ロース炭火焼 E 268kcal P 19g F 12.5g</p> <p>おすすすめ</p>  <p>かやくご飯</p> <p>桜弁当⇒ 広島産カキフライ</p>	<p>31 豆腐とチーズの ミックスフライ E 372kcal P 13.2g F 19.3g</p>  <p>桜弁当⇒ サケのちゃんちゃん焼</p>	<p>◆ 今月の炊込ご飯</p> <p>きのこ御飯 10/11 (木) E 438kcal P 8.9g F 3.1g</p> <p>かやく御飯 10/30 (火) E 448kcal P 9.2g F 3.1g</p> 		

お知らせ
夏期限定麺セットは季節終了のため販売休止とさせていただきます。

今月より 始まります!
旬を盛り込んだ炊き込み御飯。
秋の行楽弁当 予約受付中!
詳しくは、お問合せ下さい。10食以上で、3日前迄にご予約下さい。

1日限定 50食! 完全予約制
販売は(月~金)迄です。
300円弁当 ¥300(税込)
主業の内容は、毎日変更ございません。第五期のお祝い・感謝行事、後まじりましたら、御座ってご案内させていただきます。

《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、致しておりません。

(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/>

※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。
※(骨ナシ)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。主食込みの成分は左記数値を加算して下さい。