

クッキング キョート
日替り弁当

2013
JANUARY
New Year

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 笠嶋 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。手作りを基調としたより高級感のあるある逸品をのぞけてお楽しみください。ぜひ、お味くださいませ。

月	火	水	木	金	土
1 ◆ 年始休暇 ◆ 	2 ◆ 年始休暇 ◆ 	3 ◆ 年始休暇 ◆ 	4 ヒレカツ E 382kcal P 16.3g F 13g 	5 ホッケの塩焼 E 261kcal P 15.6g F 11.9g 	
7 すき焼コロケ E 451kcal P 17g F 17.7g 	8 サケの西京漬焼 E 335kcal P 19.1g F 15.5g 	9 チンジャオロース E 207kcal P 11.3g F 10.5g 	10 シーフードフライ E 438kcal P 10.9g F 25.8g 	11 きのこハンバーグ E 386kcal P 18.6g F 19g 	12 アジの南蛮漬 E 317kcal P 17.4g F 13.8g
14 成人の日 	15 クリームシチューコロケ E 334kcal P 10.7g F 17g 	16 サバの煮付 E 324kcal P 21.6g F 16g 	17 チキンの照焼 E 370kcal P 22.6g F 22.9g 	18 サーモンチーズカツ E 385kcal P 14.1g F 21.7g 	19 中華メンチ E 413kcal P 21g F 20.9g
21 イカ天黒酢あん E 390kcal P 15.5g F 23g 	22 トンカツ E 430kcal P 17.4g F 21.4g 	23 アジのマスタード焼 E 225kcal P 17.9g F 10.4g 	24 照焼ハンバーグ&エビフライ E 361kcal P 10.4g F 18.8g 	25 サバの塩焼 E 309kcal P 19.6g F 16.6g 	26 豚肉生姜炒め E 292kcal P 12.6g F 12.3g
28 サケの塩焼 E 285kcal P 20.7g F 11.5g 	29 チキンカツミートソース E 424kcal P 15.4g F 24.3g 	30 カニ玉 E 282kcal P 12.9g F 16.3g 	31 肉じゃが E 235kcal P 16.2g F 13.6g 	<p>◆ 今月の炊込ご飯</p> <p>あずき御飯 1/8 (火) E 475kcal P 11.3g F 2.3g </p> <p>山菜御飯 1/25 (金) E 438kcal P 8.6g F 3.1g </p>	

クッキング キョート オリジナル
手作り特選カレー
牛肉の旨味を大切に、香り高いスパイスでじっくり煮込んだ本格派ビーフカレーです。
毎日、お届け出来ます。
※カレーのお届けは、レトルトです。袋のまま湯煎して頂くか、袋をあけご飯にかけて、電子レンジで温めてください。

7日限定 1日限定 50食!
ご注文はお早めに!
販売は(月~金)迄です。
完全予約制
300円弁当
¥300(税込)
主業の内容は、毎日変更ございません。第五弾の献立・販売日等、決まりましたら、別紙にてご案内させていただきます。
表示写真はイメージです。副菜等は仕入の都合上変更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。
※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。
白ご飯 E 414kcal P 7.3g F 1.4g