

クッキング キョート
日替り弁当

2013
4
APRIL

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お弁当をめぐらしてまいりますので、ぜひご賞味くださいませ。

月	火	水	木	金	土
1 アジフィーレ ごまフライ E 445kcal P 13.7g F 25g	2 チキン照焼 E 377kcal P 23.1g F 22.1g	3 タラの唐揚南蛮だれ E 273kcal P 18.9g F 12.4g	4 ヒレカツ E 314kcal P 16g F 13.6g	5 サケの塩こうじ漬焼 E 209kcal P 20.2g F 10.6g	6 たけのこコロケ E 335kcal P 14.3g F 15.6g
桜弁当⇒ 豚の味噌漬焼	桜弁当⇒ イカチリ	桜弁当⇒ 照焼豆腐ハンバーグ	桜弁当⇒ サバの煮付	桜弁当⇒ フライドチキン	桜弁当⇒ 赤魚の揚げおろし煮
8 エビカツ E 412kcal P 18.8g F 19.7g	9 酢豚 E 334kcal P 16.2g F 19.1g	10 ホッケの塩焼 E 284kcal P 15.9g F 15.6g	11 チキン唐揚 E 385kcal P 18.8g F 14.9g	12 サバの煮付 E 339kcal P 21.6g F 17.5g	13 牛肉甘辛炒め E 296kcal P 13.7g F 12.8g
桜弁当⇒ 焼き肉	桜弁当⇒ サケの塩焼	桜弁当⇒ 串カツ盛り合わせ	桜弁当⇒ タラの青じそ焼	桜弁当⇒ チーズフォンデュデザート	桜弁当⇒ 豆腐挽肉包み揚げホシ酢汁
15 サケの塩焼 E 325kcal P 20.8g F 15.4g	16 トンカツ E 330kcal P 13g F 17.6g	17 カニ玉 E 247kcal P 15.6g F 12.5g	18 デミグラス ハンバーグ E 383kcal P 20.3g F 16.5g	19 アジの南蛮漬 E 309kcal P 19.2g F 16.9g	20 中華メンチ E 377kcal P 18.3g F 18g
桜弁当⇒ ハムランチカツ	桜弁当⇒ サバの塩焼	桜弁当⇒ 照りマヨチキン	桜弁当⇒ 天ぷら盛合せ抹茶そば添え	桜弁当⇒ カツカレーフライ	桜弁当⇒ サケの西京漬焼
22 サーモン エスカベッシュ E 319kcal P 12.2g F 18.2g	23 ホイコーロー E 298kcal P 18.5g F 13.5g	24 イカ天甘辛だれ E 339kcal P 16.6g F 18.2g	25 カマンベール チーズカツ E 290kcal P 14.8g F 10.2g	26 サバの塩焼 E 395kcal P 25.4g F 19g	27 明太クノードル E 313kcal P 10.6g F 18.2g
桜弁当⇒ デミグラスハンバーグ	桜弁当⇒ 厳選エビフライ	桜弁当⇒ カレー肉じゃが	桜弁当⇒ とうアジの塩焼	桜弁当⇒ 味噌カツ	桜弁当⇒ 厚揚げピカタ
29 昭和の日	30 エビフライ・ コロケつくね E 387kcal P 13.1g F 23g	鶏の柚子こしょう焼			

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日間限定 **1日限定50食!**
ご注文はお早めに!

販売は(月~金)迄です。

300円弁当
¥300(税込)
(本々価格¥286)

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
せてまいります。
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。
※(骨ナン)記載の魚は、骨抜き処理しております。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。

次定日の御飯
写を盛り込んだ

◆ 今月の炊込ご飯

かやく御飯 4/16(火)
E 448kcal P 9.2g F 3.1g

筍御飯 4/26(金)
E 423kcal P 9.3g F 3.1g