

# 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 籠嶋 妙子

◆昼食はPM11:00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。松弁当の成分は、別紙専用献立表をご覧ください。

電子レンジのご使用について  
 松弁当=  
 桜弁当=  
 ※桜弁当もレンジ対応の材質に変更致しました。



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、プラス一皿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逸品をめざしてしておりますので、ぜひご賞味くださいませ。

味と京友禅  
**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、お届けできます。

※カレーのお届けは、レトルトです。袋のまま温煎して頂くか、袋をあけご飯にかけて、電子レンジで温めてください。

**ご案内**

☆会議用弁当、イベント用弁当  
 行楽弁当 受付中!

弁当・折詰等取り揃えております  
 のでお気軽にお問い合わせ下さい。

※画像はイメージで  
 ※5食以上で、お届けの3営業日前までに  
 ご予約くださいませ。

月	火	水	木	金	土
<b>1</b> おろしハンバーグ E 301kcal P 11.7g F 14.3g	<b>2</b> ヒレカツ E 315kcal P 14g F 12.6g	<b>3</b> 牛肉甘辛煮 E 263kcal P 12.5g F 10.6g	<b>4</b> おろしハンバーグ E 301kcal P 11.7g F 14.3g	<b>5</b> サバの塩焼 E 350kcal P 17.9g F 23.2g	<b>6</b> 鶏のスタミナ焼 E 358kcal P 20.3g F 23.5g
<b>7</b> キーマカレーフライ E 388kcal P 12.5g F 14.3g	<b>8</b> たれカツ E 426kcal P 13.1g F 22.7g	<b>9</b> イカ天南蛮だれ E 335kcal P 12.8g F 17.1g	<b>10</b> 酢豚&チヂミ E 297kcal P 11.8g F 12.8g	<b>11</b> サバの塩焼 E 350kcal P 17.9g F 23.2g	<b>12</b> デミグラスハンバーグ E 385kcal P 15.5g F 23.7g
<b>13</b> エビフライ E 372kcal P 14.1g F 16.3g	<b>14</b> たつぷりコーンフライ E 314kcal P 10.9g F 11.7g	<b>15</b> 煮サバ E 400kcal P 7g F 22.3g	<b>16</b> 鶏の唐揚&中華春巻 E 393kcal P 12.1g F 24.6g	<b>17</b> 枝豆フライ E 300kcal P 10.7g F 13.5g	<b>18</b> 鶏の唐揚 E 393kcal P 12.1g F 24.6g
<b>19</b> サケの塩焼 E 238kcal P 17.1g F 10.1g	<b>20</b> 肉野菜の黒胡椒炒め E 269kcal P 11.5g F 11g	<b>21</b> アジフライ&照焼ハンバーグ E 462kcal P 15.6g F 22.3g	<b>22</b> チキン竜田揚げ E 499kcal P 17.8g F 25g	<b>23</b> チーズインメンチカツ E 442kcal P 13.7g F 24.1g	<b>24</b> タコカツ E 290kcal P 10.3g F 11.3g
<b>25</b> フライドチキン E 439kcal P 22.3g F 24.3g	<b>26</b> チキン照焼 E 439kcal P 22.3g F 24.3g	<b>27</b> ビーフコロケ&ニシン蒲焼 E 406kcal P 14.1g F 20g	<b>28</b> 八宝菜&中華メンチ E 288kcal P 12.7g F 13.4g	<b>29</b> サバの塩焼 E 370kcal P 16.4g F 19.5g	<b>30</b> トンカツ&胡麻豆腐 E 327kcal P 10.2g F 16.6g
<b>31</b> デミグラスハンバーグ E 385kcal P 15.5g F 23.7g	<b>1</b> ヒレカツ E 315kcal P 14g F 12.6g	<b>2</b> 天ぷら盛り合わせ E 370kcal P 16.4g F 19.5g	<b>3</b> チキン唐揚 E 499kcal P 17.8g F 25g	<b>4</b> サケの塩焼 E 238kcal P 17.1g F 10.1g	<b>5</b> 焼き肉 E 442kcal P 13.7g F 24.1g

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。主食込みの成分は左記数値を計算して下さい。

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。  
 ご了承下さいませ。

**暑**