

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 平井 知代

◆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。お間違えください。

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逸品をのぞいてお楽しみください。

味とこ 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

※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、袋をあげご飯にかけて、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

※画像はイメージです。
 ※10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
今月の炊込ご飯 かやく御飯 3/13 (火) E 448kcal P 9.2g F 3.1g 筍御飯 3/29 (木) E 423kcal P 9.3g F 3.1g 旬を盛り込んだ	5 サバの塩焼 E 404kcal P 18.5g F 23.4g 6 南瓜クノードル E 292kcal P 11.9g F 9.4g	7 ヒレカツ E 344kcal P 15.1g F 15.5g	1 サケの西京漬焼 E 236kcal P 18.7g F 5.9g 8 イカ天甘辛だれ E 391kcal P 15.7g F 19.2g	2 牛肉コロッケ E 468kcal P 12g F 24.4g 9 デミグラスハンバーグ E 470kcal P 16.2g F 27.3g	3 焼 肉 E 316kcal P 9g F 21.5g 10 肉 豆 腐 E 224kcal P 15.3g F 8.2g
12 チキン南蛮 E 439kcal P 14g F 29.2g	13 サケの塩焼 E 319kcal P 18g F 15g	14 鶏の唐揚げ & 目玉風オムレツ E 405kcal P 18.1g F 23.2g	15 煮 サ バ E 452kcal P 20.5g F 25.7g	16 厚切メンチカツ E 427kcal P 14.9g F 25.7g	17 白身フライミートソース E 497kcal P 15.9g F 24.3g
19 カニ玉 & 麻婆豆腐 E 245kcal P 9.6g F 10.8g	20 肉じゃが & アジフライ E 350kcal P 13.7g F 15.7g	21 春 分 の 日 Spring 祝	22 ト ン カ ツ E 357kcal P 16.2g F 17.1g	23 鶏 の 照 焼 E 422kcal P 20.3g F 20.3g	24 ハ ム カ ツ E 358kcal P 13.6g F 15.9g
26 シーフードフライ E 395kcal P 13.9g F 22.9g	27 おろしハンバーグ E 370kcal P 15.9g F 22g	28 八宝菜 & 中華メンチカツ E 334kcal P 14.4g F 16.3g	29 サワラの西京漬焼 E 282kcal P 17.5g F 12.3g	30 味 噌 カ ツ E 378kcal P 11.4g F 19.8g	31 コーンフライ E 334kcal P 8.9g F 17.8g
桜M/献立⇒ サバの塩焼	桜M/献立⇒ 照焼ハンバーグ	桜M/献立⇒ 赤魚の塩麹焼き	桜M/献立⇒ 極厚ローストンカツ	桜M/献立⇒ チンジャオロース	桜M/献立⇒ 牛肉コロッケ
桜M/献立⇒ チキン竜田揚げ	桜M/献立⇒ チーズハンバーグ	桜M/献立⇒ 鶏もも肉の焼鳥風	桜M/献立⇒ ヒレカツ	桜M/献立⇒ サケの塩焼	桜M/献立⇒ ササミそ巻フライ

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 主食用の成分は左記数値を計算して下さい。