

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 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。お問合せください。

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。

松弁当

掲載写真の内容

桜弁当

掲載写真のメイン献立が(緑文字)に変わります。

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めざしてまいりますので、ぜひご賞味くださいませ。

味どろ京都味
 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。

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。

※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。

(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

月	火	水	木	金	土
◆今月の炊込ご飯◆ かやく御飯 11/6 (火) E 448kcal P 9.2g F 3.1g しめじ御飯 11/20 (火) E 438kcal P 8.9g F 3.1g	5 照焼ハンバーグ E 376kcal P 18.2g F 16.1g	6 サケの塩焼 E 286kcal P 16.4g F 14.5g	7 チキン唐揚 E 472kcal P 16.3g F 27.4g	1 シーフードフライ (エビ、白身魚、カキ) E 420kcal P 12.3g F 21.3g	2 カニ玉&麻婆豆腐 E 253kcal P 10.2g F 13.3g
12 アジフライ 梅タルタルソース E 359kcal P 12.1g F 22.7g	13 チーズインメンチカツ E 449kcal P 16.8g F 28.1g	14 八宝菜 & 鶏天チリソース E 292kcal P 16g F 13.9g	8 焼肉 & 蓮根肉詰めフライ E 435kcal P 12.3g F 27.3g	9 鶏もも肉の焼鳥風 E 319kcal P 19.5g F 21.3g	3 文化の日
19 デミグラスハンバーグ E 444kcal P 18.9g F 24.6g	20 サバの塩焼 E 338kcal P 15.6g F 19.6g	21 サーモンフライ ミートソース E 458kcal P 13.6g F 28.7g	15 トンカツ玉とじ風 E 342kcal P 17.5g F 16.5g	16 煮サバ E 408kcal P 18.4g F 23.1g	10 牛すき煮 & 野菜かき揚げ E 292kcal P 10.6g F 16.3g
26 チキン竜田揚げ E 496kcal P 19.6g F 29.8g	27 イカ天南蛮だれ & 厚揚げチャンプル E 402kcal P 13.6g F 25.3g	28 肉じゃがコロケ & サンマごま味噌風味 E 403kcal P 13.6g F 21.5g	22 メンチカツ E 365kcal P 14.5g F 17.1g	23 勤労感謝の日	17 ハムカツ E 325kcal P 11.2g F 11.3g
29 照焼ハンバーグ E 431kcal P 13.4g F 24.4g	30 チンジャオロース E 249kcal P 15.5g F 7.4g				

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。

