

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。

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。



HAPPY VALENTINE'S DAY
 HAPPY VALENTINE'S DAY
 HAPPY VALENTINE'S DAY
 HAPPY VALENTINE'S DAY

味の素 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、レトルドです。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。

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。

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
<p>◆今月の炊込ご飯◆ 注目</p> <p>しめじ御飯 2/7 (木) E 438kcal P 8.9g F 3.1g かやく御飯 2/22 (金) E 448kcal P 9.2g F 3.1g</p>					
4	5	6	7	8	9
デミグラスハンバーグ E 432kcal P 18.8g F 23.5g	サケの塩焼 E 256kcal P 16.6g F 10g	甘辛たれカツ E 336kcal P 12.7g F 17g	煮サバ E 450kcal P 21.7g F 24.5g	鶏もも肉の焼鳥風 E 343kcal P 17.6g F 17.8g	コーンフライ E 333kcal P 10.8g F 17.6g
桜M/献立⇒ サバの塩焼	桜M/献立⇒ 若鶏醤油香り揚	桜M/献立⇒ カニ玉	桜M/献立⇒ イタリアンハンバーグ	桜M/献立⇒ ミートコロケ	桜M/献立⇒ 鶏肉の香味焼き
11	12	13	14	15	16
建国記念の日 E 414kcal P 13.2g F 23.6g	メンチカツ E 414kcal P 13.2g F 23.6g	サバの西京漬焼 E 478kcal P 16.9g F 28.1g	照焼ハンバーグ E 355kcal P 17.9g F 13.1g	イカ天チリソース E 355kcal P 12.2g F 18.6g	トンカツ E 339kcal P 9.8g F 19.8g
桜M/献立⇒ 赤魚の西京漬焼	桜M/献立⇒ ソースカツ	桜M/献立⇒ エビフライ	桜M/献立⇒ 鶏の照焼	桜M/献立⇒ 八宝菜	
18	19	20	21	22	23
鶏の唐揚 E 374kcal P 17g F 19.3g	カニ玉&春巻 E 392kcal P 15.5g F 21.1g	エビフライ&白身魚フライ E 390kcal P 15g F 18.7g	すき焼風煮&豆腐ステーキ E 292kcal P 14g F 16.3g	サバの塩焼 E 307kcal P 17g F 18.9g	野菜コロケ E 294kcal P 9g F 11.6g
桜M/献立⇒ サバの煮付	桜M/献立⇒ 煮込み風ハンバーグ	桜M/献立⇒ 焼き肉	桜M/献立⇒ 串カツ盛り合わせ	桜M/献立⇒ 極厚ローストンカツ	桜M/献立⇒ 照焼豆腐ハンバーグ
25	26	27	28		
八宝菜&フヨーハイ E 217kcal P 12.5g F 7.5g	ささみチーズフライ E 355kcal P 17.3g F 17.4g	焼き肉&イカフライ E 398kcal P 15.8g F 24.4g	サケの西京漬焼 E 210kcal P 18g F 7.7g		
桜M/献立⇒ フライドチキン	桜M/献立⇒ イカ天南蛮だれ	桜M/献立⇒ 天ぷら盛り合わせ	桜M/献立⇒ 煮込み風ハンバーグ		

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。

