

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ウレシイ掲載の下段(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。

味どころ 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。

※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。

毎日、お届けできます。

ご案内

☆令和二年 迎春用
 おせち料理 特別斡旋販売

予約受付中

☆特別価格 約20%OFF
 二段重 ￥12,300(税込)
 三段重 ￥18,800(税込)

※商品は全て冷凍で、宅配便のお届けとなります。

申込期限 12月7日(土)
 パンフレットがお入り用の際は、
 お気軽にお申し付け下さいませ。

月	火	水	木	金	土
2 鶏の唐揚げ E 449kcal P 17.1g F 23.9g 桜M/献立⇒ カニ玉	3 煮サバ E 352kcal P 15.7g F 18.1g 桜M/献立⇒ イタリアンハンバーグ	4 ヒレカツ E 325kcal P 14.5g F 12.9g 桜M/献立⇒ カレールウコロッケ	5 サケの塩焼 E 270kcal P 16.4g F 12.8g 桜M/献立⇒ 極厚ローストンカツ	6 焼き肉 E 341kcal P 10.9g F 20.9g 桜M/献立⇒ サバの塩焼	7 アジフライ&豚生姜炒め E 364kcal P 16.5g F 16.9g 桜M/献立⇒ 牛すき煮
9 鶏の照焼 E 357kcal P 20.5g F 20.4g 桜M/献立⇒ 天ぷら盛り合わせ	10 イカ天南蛮だれ E 317kcal P 9.8g F 17.3g 桜M/献立⇒ 煮込み風ハンバーグ	11 サーモンブライ&肉野菜炒め E 377kcal P 7.4g F 17.1g 桜M/献立⇒ 鶏の竜田揚げ	12 サバの西京漬焼 E 317kcal P 16.9g F 17.6g 桜M/献立⇒ 串カツ盛り合わせ	13 甘辛たれカツ E 399kcal P 14.5g F 21g 桜M/献立⇒ 赤魚の麹味噌漬焼	14 肉じゃが E 282kcal P 11.1g F 8g 桜M/献立⇒ カキフライ
16 エビフライ&白身魚フライ E 333kcal P 10.6g F 17.4g 桜M/献立⇒ ローストチキン	17 きのこハンバーグ E 433kcal P 18.1g F 23.7g 桜M/献立⇒ サーモンフライ	18 メンチカツ E 392kcal P 14.9g F 18.9g 桜M/献立⇒ サバの煮付	19 牛肉コロッケ E 400kcal P 12.2g F 15.1g 桜M/献立⇒ 粗引きメンチカツ	20 酢豚&春巻き E 412kcal P 14.5g F 19.5g 桜M/献立⇒ 味噌カツ	21 肉豆腐 E 291kcal P 20.5g F 13g 桜M/献立⇒ 白身魚唐揚げ甘辛だれ
23 タンドリーチキン E 283kcal P 20.7g F 20.1g 桜M/献立⇒ サバの竜田揚げ	24 イタリアンハンバーグ E 355kcal P 12.7g F 20.7g 桜M/献立⇒ エビフライ&厚切ハムカツ	25 フライドチキン E 465kcal P 11.9g F 30.8g 桜M/献立⇒ 照焼ハンバーグ	26 焼サバ E 433kcal P 19.2g F 23.7g 桜M/献立⇒ 鶏の唐揚げ	27 中華メンチカツ E 478kcal P 18.3g F 26.9g 桜M/献立⇒ イカ天甘辛たれ	28 カニ玉 E 210kcal P 7.8g F 8.7g 桜M/献立⇒ 牛すき煮
30 ◆ 年末休暇 ◆	31 ◆ 年末休暇 ◆	おき込み御飯。 旬を盛り込んだ ◆ 今月の炊込ご飯 ◆ かやく御飯 12/5 (木) E 448kcal P 9.2g F 3.1g 山菜御飯 12/12 (木) E 438kcal P 8.6g F 3.1g			

★年末年始の業務案内★

皆様方のご愛顧と協力により、本年も大過なく年の瀬を迎える事が出来ましたことを、感謝し御礼申し上げます。

年末年始は12/29(日)~1/3(金)まで休業とさせていただきます。

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。