

日替り弁当

NOVEMBER
2020

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、クッキングキヨトオリジナル

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。桜弁当の成分は、別紙専用献立表をご覧頂くか、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=○
※桜容器もレンジ対応の
材質に変更致しました。

松弁当

掲載写真の内容



※容器イメージ

桜弁当

掲載写真のメイン献立が
(緑文字)に変ります。



※容器イメージ

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感度のある逸品をめざ
してしておりますので、ぜひお賞味くださいませ。



◆ 今月の炊き込み御飯 ◆

かやく御飯

11/5 (木)



しめじ御飯

11/27 (金)



手作り特選カレー
美味しいを袋に閉じ
込めました。毎日お届けできます。



お知らせ
現在、特選カレー開発中の為、
代替品(食研カレー)での対応となります。
ご了承下さいませ。

(株)クッキング キヨト

〒615-0801 京都市右京区西京極豆田町6

TEL 075(311)3792㈹・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
2 鶏唐揚& 目玉風オムレツ E 389kcal P 15.1g F 23.4g	3 文化の日 桜メイ献立⇒ イカマヨ&麻婆豆腐	4 八宝菜 E 279kcal P 12.4g F 9.8g	5 鶏肉のネギ塩焼き E 358kcal P 18.6g F 20.9g	6 デミカツ E 365kcal P 12.7g F 18.6g	7 照焼ハンバーグ E 314kcal P 13.5g F 16g
9 焼き肉& イカリングフライ E 466kcal P 13.3g F 29.6g	10 サバの煮付け E 358kcal P 15.1g F 19.9g	11 肉じゃがコロッケ& サンマみりん風焼 E 424kcal P 16.4g F 21.5g	12 サーモンフライ ミートソース E 397kcal P 6g F 22.7g	13 カニ玉&麻婆豆腐 E 247kcal P 9.1g F 12.8g	14 牛すき煮& 野菜かき揚げ E 306kcal P 9.2g F 18.7g
16 アジフライ 梅タルタルソース E 365kcal P 12.7g F 23.5g	17 チキン南蛮 E 333kcal P 28.4g F 14.5g	18 チーズinメンチカツ E 384kcal P 10.7g F 24g	19 サケの塩焼 E 295kcal P 16.4g F 7.7g	20 ヒレカツ& ハムステーキ E 310kcal P 13.4g F 14.1g	21 麻婆茄子& イカ天チリソース E 279kcal P 11.6g F 13.5g
23 勤労感謝の日 E 357kcal P 16.9g F 18.3g	24 デミグラス ハンバーグ E 430kcal P 18.4g F 22.8g	25 エビフライ& 厚揚チャンプル E 391kcal P 12.3g F 21.4g	26 チキン竜田揚げ E 498kcal P 20.4g F 44.3g	27 焼きサバ E 296kcal P 13.3g F 17.6g	28 酢豚 E 402kcal P 12.2g F 17.8g
30 トンカツ玉とじ風 E 357kcal P 16.9g F 18.3g	串カツ盛り合わせ E 357kcal P 16.9g F 18.3g	鶏の照焼 E 357kcal P 16.9g F 18.3g	ピーフカツ E 357kcal P 16.9g F 18.3g	八宝菜&春巻き E 357kcal P 16.9g F 18.3g	サケの西京焼 E 357kcal P 16.9g F 18.3g
掲載写真の桜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感度のある逸品をめざして しておりますので、ぜひお賞味くださいませ。	七五三	FUMU FUMU	白ご飯	※表示成分には、主食が含まれておりません。 E 414kcal P 7.3g F 1.4g	3つの密を避けましょう! ・こまめに手洗い・消毒 ・しっかり食べて免疫力アップ

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 主食込みの成分は左記数値を加算して下さい。