

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

◆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。

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めざしてしておりますので、ぜひご賞味くださいませ。

味の素 京都 味どころ 京都 味どころ
クッキング キョート

野菜と牛肉の旨味が、
 溶け込んだ濃厚な味わいの
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、頂くか、袋をあけてご飯にかけて、電子レンジで温めてください。



3つの密 (密閉・密集・密接) を避けましょう!

- こまめに手洗い・消毒
- 咳エチケットの励行
- 換気・湿度管理に気を付けよう
- 十分な睡眠としっかり食事を食べて笑顔で免疫力アップ

月	火	水	木	金	土
1 鶏もも肉の焼鳥風 E 435kcal P 23.1g F 22.5g 桜M/献立⇒ 八宝菜	2 肉じゃがコロケ E 412kcal P 14.9g F 23g 桜M/献立⇒ イタリアンハンバーグ	3 サケの西京漬焼き E 295kcal P 17.5g F 7.5g 桜M/献立⇒ 豚肉生姜焼き	4 焼き肉 E 377kcal P 12.5g F 20.6g 桜M/献立⇒ サバねぎ味噌焼き	5 甘辛たれカツ E 414kcal P 13.2g F 23.2g 桜M/献立⇒ 鶏の唐揚げ	6 牛すき煮 E 302kcal P 10.9g F 14.9g 桜M/献立⇒ 牛肉カレーメンチ
8 チキン竜田揚げ E 439kcal P 17.8g F 35.6g 桜M/献立⇒ サケの塩焼き	9 カニ玉白湯ソース E 392kcal P 14.1g F 20.4g 桜M/献立⇒ 極厚ローストンカツ	10 サバの煮付け E 412kcal P 21.4g F 24.1g 桜M/献立⇒ シーフードフライ	11 建国記念の日 桜M/献立⇒	12 照焼ハンバーグ E 307kcal P 13.3g F 10.5g 桜M/献立⇒ ハッシュドビーフコロケ	13 アジの南蛮漬け E 381kcal P 23.6g F 20.5g 桜M/献立⇒ チキン南蛮(手作タルタル)
15 メンチカツ E 430kcal P 11.9g F 24.6g 桜M/献立⇒ 鶏の海鮮ねぎ味噌焼き	16 サケの塩焼き E 266kcal P 18.3g F 13.4g 桜M/献立⇒ 天ぷら盛り合わせ	17 エビフライ&白身魚フライ E 426kcal P 14.1g F 18g 桜M/献立⇒ 煮込み風ハンバーグ	18 チンジャオロース E 382kcal P 17.4g F 20.2g 桜M/献立⇒ カキフライ	19 鶏の唐揚げ E 396kcal P 18g F 20.2g 桜M/献立⇒ 赤魚の西京漬焼き	20 肉じゃが&シシャモフライ E 355kcal P 15.4g F 15.1g 桜M/献立⇒ マグロカツ&ハムステーキ
22 おろしトンカツ E 371kcal P 13.8g F 20.6g 桜M/献立⇒ ハムポテトサラダフライ	23 天皇誕生日 桜M/献立⇒	24 塩バターコロケ&ホッケ塩焼き E 295kcal P 11.5g F 13.8g 桜M/献立⇒ 鶏のマーマレード焼き	25 サワラ西京漬焼き E 329kcal P 19.4g F 16g 桜M/献立⇒ 麻婆豆腐&エビチリ	26 デミグラスハンバーグ E 327kcal P 14.2g F 13.8g 桜M/献立⇒ サバのごま照焼き	27 ハムカツ E 327kcal P 11.3g F 15.6g 桜M/献立⇒ 牛すき煮

◆今月の炊込ご飯◆

しめじ御飯 2/16(火) E 438kcal P 8.9g F 3.1g
 かやく御飯 2/26(金) E 448kcal P 9.2g F 3.1g

