

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。

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
 ※容器イメージ

桜弁当 掲載写真のメイン献立が(緑文字)に変わります。
 ※容器イメージ

掲載写真の松弁当のメイン献立がウレンドー掲載の下段(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のぞけておりますので、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

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。袋のまま湯煎して頂くか、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

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
31 おろしハンバーグ E 320kcal P 14.9g F 17.3g 桜M/献立⇒ 焼肉&イカ天甘酢あん	Message 5/31(月)の献立は、紙面の都合上、最上段に表示しております。 炊き込み御飯。旬を盛り込んだ 今月の炊込ご飯 かやく御飯 5/13(木) E 448kcal P 9.2g F 3.1g				1 サケの香り焼 E 367kcal P 17.4g F 19.1g 桜M/献立⇒ 肉じゃが&白身魚フライ
3 憲法記念日 憲法記念日 手洗おう うがいしよう 消毒しよう マスクしよう	4 みどりの日 みどりの日 手洗おう うがいしよう 消毒しよう マスクしよう	5 こどもの日 こどもの日 手洗おう うがいしよう 消毒しよう マスクしよう	6 ソースカツ E 390kcal P 13.3g F 20.1g 桜M/献立⇒ エビチリ	7 サバの煮付け E 327kcal P 15.8g F 17.4g 桜M/献立⇒ チキンカツ	8 豚肉生姜焼&サワラ大葉梅肉フライ E 413kcal P 13.8g F 25.1g 桜M/献立⇒ 銀ザケ塩焼き
10 エビフライ&野菜コロッケ E 412kcal P 14.9g F 20.5g 桜M/献立⇒ おろしトンカツ	11 チンジャオロース&イカ天チリソース E 336kcal P 15.2g F 18.1g 桜M/献立⇒ 鶏の唐揚	12 キーマカレーフライ E 334kcal P 8.4g F 16.6g 桜M/献立⇒ サバの塩焼き	13 タラの甘酢あん&牛すき煮 E 297kcal P 14.4g F 8.7g 桜M/献立⇒ 牛肉カレーメンチ	14 チキン竜田揚げ E 382kcal P 17.1g F 16.1g 桜M/献立⇒ イタリアンハンバーグ	15 ししやも唐揚げ&肉じゃが E 392kcal P 16g F 17g 桜M/献立⇒ ハムポテトサラダフライ
17 メンチカツ&ハムステーキ E 338kcal P 14.4g F 16.5g 桜M/献立⇒ おろしトンカツ	18 サケの塩焼き E 296kcal P 17.3g F 13.1g 桜M/献立⇒ 鶏の唐揚	19 チキンカツ E 374kcal P 17g F 21.7g 桜M/献立⇒ サバの塩焼き	20 メバルの塩焼&コーンフライ E 334kcal P 14.5g F 15.6g 桜M/献立⇒ 牛肉カレーメンチ	21 カニ玉&点心 E 392kcal P 15.1g F 18.2g 桜M/献立⇒ イタリアンハンバーグ	22 鶏肉の塩焼き E 329kcal P 148g F 178g 桜M/献立⇒ ハムポテトサラダフライ
24 サバの竜田揚げ E 408kcal P 17.7g F 23.5g 桜M/献立⇒ 八宝菜&鶏天チリソース	25 照焼ハンバーグ E 354kcal P 13.3g F 16.7g 桜M/献立⇒ 極厚ローストンカツ	26 鶏の唐揚&目玉風オムレツ E 404kcal P 18g F 18.7g 桜M/献立⇒ エビフライ玉とじ風	27 麻婆茄子&水餃子 E 294kcal P 11.6g F 11.4g 桜M/献立⇒ マグロカツ	28 秋鮭タルタルカツ E 343kcal P 12.8g F 17.7g 桜M/献立⇒ 鶏のバーベキュー風焼	29 厚揚そぼろあんかけ E 298kcal P 10g F 14.2g 桜M/献立⇒ サワラの西京漬焼き
桜M/献立⇒ チキン南蛮	桜M/献立⇒ 天ぷら盛り合わせ	桜M/献立⇒ 赤魚の生姜焼き	桜M/献立⇒ ヒレカツ	桜M/献立⇒ カニ玉&チンジャオロース	桜M/献立⇒ 塩バターコロッケ

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計算して下さい。