

# 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。桜弁当の成分は、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。

月	火	水	木	金	土
<p><b>今月より始まります!</b>                  旬を盛り込んだ  <b>炊き込み御飯</b></p> <p>◆今月の炊込ご飯◆ <b>注目</b></p> <p>しめじ御飯 10/12(火) E 438kcal P 8.9g F 3.1g                  かやく御飯 10/29(金) E 448kcal P 9.2g F 3.1g</p>				<p><b>1</b> おろしハンバーグ &amp; イカリングフライ                  E 380kcal P 14.4g F 21.1g</p>	<p><b>2</b> カレールウコロッケ                  E 338kcal P 6.8g F 20.4g</p>
<p><b>4</b> サバの西京漬焼き                  E 290kcal P 13.7g F 16.3g</p>	<p><b>5</b> 鶏の唐揚げ                  E 468kcal P 18g F 30.8g</p>	<p><b>6</b> 甘辛たれカツ                  E 473kcal P 14.3g F 29.9g</p>	<p><b>7</b> カニ玉 &amp; 点心                  E 359kcal P 12.5g F 19.3g</p>	<p><b>8</b> エビカツ &amp; チキンステーキ                  E 423kcal P 21.4g F 21.3g</p>	<p><b>9</b> サーモンフライ &amp; 豚のエスニック炒め                  E 341kcal P 126g F 13.1g</p>
<p>桜弁当献立⇒ 八宝菜 &amp; 中華メンチカツ</p> <p><b>11</b> ハムステーキカツ                  E 370kcal P 12g F 17g</p>	<p>桜弁当献立⇒ アジのごま醤油焼き</p> <p><b>12</b> サバの煮付け                  E 403kcal P 21.2g F 21.2g</p>	<p>桜弁当献立⇒ エビフライ &amp; 白身フライ</p> <p><b>13</b> 八宝菜 &amp; ピーマン肉詰めフラ                  E 312kcal P 14.8g F 16.8g</p>	<p>桜弁当献立⇒ 天ぷら盛り合わせ</p> <p><b>14</b> 肉豆腐                  E 307kcal P 19.2g F 8.8g</p>	<p>桜弁当献立⇒ 煮込風ハンバーグ</p> <p><b>15</b> 油淋鶏 &amp; 水餃子                  E 393kcal P 17g F 18.4g</p>	<p>桜弁当献立⇒ 肉じゃが &amp; シンジャムフライ</p> <p><b>16</b> メンチカツ &amp; 白身バタッパ-焼                  E 397kcal P 17.7g F 18.1g</p>
<p>桜弁当献立⇒ 牛すき煮 &amp; サンマ竜田揚げ</p> <p><b>18</b> 鶏の照り焼き                  E 376kcal P 21.9g F 23.7g</p>	<p>桜弁当献立⇒ 鶏のねぎ塩焼き</p> <p><b>19</b> サンマ塩焼 &amp; コーンフライ                  E 296kcal P 8.8g F 10.3g</p>	<p>桜弁当献立⇒ ホタテクリーミーフライ</p> <p><b>20</b> 酢豚 &amp; フォーハイ白湯ソース                  E 301kcal P 16.2g F 16.8g</p>	<p>桜弁当献立⇒ トンカツ玉とじ風</p> <p><b>21</b> カレいの蒲焼き                  E 297kcal P 17.8g F 13.3g</p>	<p>桜弁当献立⇒ 麻婆茄子 &amp; イカ焼き</p> <p><b>22</b> 味噌カツ                  E 437kcal P 15.7g F 24.8g</p>	<p>桜弁当献立⇒ サケの幽庵焼き</p> <p><b>23</b> 肉じゃが &amp; 山芋焼き                  E 289kcal P 9.4g F 6.9g</p>
<p>桜弁当献立⇒ 家常豆腐 &amp; エビチリ</p> <p><b>25</b> 中華メンチカツ                  E 480kcal P 15.4g F 28.2g</p>	<p>桜弁当献立⇒ サバ竜田揚げ</p> <p><b>26</b> チーズインハンバーグ                  E 431kcal P 17.4g F 26.7g</p>	<p>桜弁当献立⇒ イタリアンハンバーグ</p> <p><b>27</b> ミックスフライ (エビ、白身魚、カキ)                  E 346kcal P 8.9g F 16.9g</p>	<p>桜弁当献立⇒ フライドチキン</p> <p><b>28</b> 焼き肉                  E 300kcal P 11.7g F 16.3g</p>	<p>桜弁当献立⇒ 豚肉の香味焼き</p> <p><b>29</b> サケの塩焼き                  E 363kcal P 24.5g F 16.6g</p>	<p>桜弁当献立⇒ ミニチキン(レモンパ-、醤油)</p> <p><b>30</b> 南瓜クノーデル                  E 332kcal P 9.3g F 14.3g</p>
<p>桜弁当献立⇒ サバの煮付け</p> <p>桜弁当献立⇒ 赤魚の趣味味噌漬焼き</p>	<p>桜弁当献立⇒ 鶏の唐揚げ</p>	<p>桜弁当献立⇒ イカ天チリソース</p>	<p>桜弁当献立⇒ 極厚ローストンカツ</p>	<p>桜弁当献立⇒ レモンペッパーチキンカツ</p>	

**ご案内**

☆夏期限定メニューについて  
 夏期終了のため10/1(金)をもって販売を休止させていただきます。

☆炊き込みご飯について  
 10月度より月2回の、炊き込みご飯が、再開いたします。ぜひご賞味下さい!

10/12(火) しめじご飯  
 10/29(金) かやくご飯

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。