

# 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のぞかせてしておりますので、ぜひご賞味くださいませ。

味の京友禅  
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、レトルトです。袋のまま湯煎して頂くか、袋をあけご飯にかけて、電子レンジで温めてください。

手を洗おう 消毒しよう マスクをしよう  
**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  
ぜひ、配達弁当をご活用下さい!

月	火	水	木	金	土
春	<b>1</b> 照焼ハンバーグ & カキフライ E 397kcal P 11.6g F 20.6g 	<b>2</b> 八宝菜 & フォーハイ E 306kcal P 12.1g F 15.9g 	<b>3</b> タンドリーチキン E 435kcal P 22.9g F 19.1g 	<b>4</b> 甘辛たれカツ E 399kcal P 13.7g F 23.9g 	<b>5</b> 肉じゃが & シシャモ唐揚 E 344kcal P 13.7g F 14.7g 
<b>7</b> 鶏の唐揚げ E 350kcal P 14.6g F 17.8g 	<b>8</b> サバの塩焼き E 364kcal P 18.9g F 22.1g 	<b>9</b> 牛肉カレーメンチカツ E 332kcal P 10.2g F 19.1g 	<b>10</b> 牛すき煮 E 324kcal P 11.1g F 18.7g 	<b>11</b> 建国記念の日 	<b>12</b> 鶏串カツ & 山芋焼き E 365kcal P 13.7g F 12.1g 
<b>14</b> チキンステーキ & ハートオムレツ E 301kcal P 15.7g F 11.8g 	<b>15</b> カニ風味グラタンフライ E 338kcal P 11g F 17.9g 	<b>16</b> 肉豆腐 E 306kcal P 16.7g F 13.5g 	<b>17</b> サケの塩焼き E 339kcal P 20.8g F 14.4g 	<b>18</b> アジフライ & 豚肉生姜炒め E 350kcal P 16.7g F 15.1g 	<b>19</b> カニ玉 & 点心 E 371kcal P 13.7g F 20.9g 
<b>21</b> トンカツ E 380kcal P 10.9g F 22.7g 	<b>22</b> サワラの西京漬焼き E 300kcal P 19.9g F 14.4g 	<b>23</b> 天皇誕生日 	<b>24</b> 焼肉 & イカフライ E 352kcal P 15.3g F 22.5g 	<b>25</b> デミグラスハンバーグ E 362kcal P 13.7g F 18.2g 	<b>26</b> メンチカツ E 396kcal P 12g F 21.7g 
<b>28</b> エビフライ & 白身魚フライ E 420kcal P 14.1g F 19.8g 	<b>天皇誕生日</b> 		<b>今月の炊込ご飯</b> かやく御飯 2/8 (火) E 448kcal P 9.2g F 3.1g しめじ御飯 2/22 (火) E 438kcal P 8.9g F 3.1g 		

