



# 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

◆屋食は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 味だるま **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。

## ご案内

☆夏期限定メニューについて  
 夏期終了のため9/30(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!

10/4(火) かやくご飯  
 10/27(木) しめじご飯

## (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
<b>31</b> 麻婆豆腐&カニ玉 E 324kcal P 11.4g F 18.6g 桜弁当献立⇒ 牛肉とアスパラ炒め	Message 10/31(月)の献立は、紙面の都合上、最上段に表示しております。 旬を盛り込んだ 今月より始まります! ◆今月の炊込ご飯◆ かやく御飯 10/4(火) E 448kcal P 9.2g F 3.1g しめじ御飯 10/27(木) E 438kcal P 8.9g F 3.1g				<b>1</b> チキンカツ&ハムステーキ E 301kcal P 14g F 14.6g 桜弁当献立⇒ ホイコーロー
<b>3</b> 麻婆茄子&フヨーハイ E 310kcal P 8.9g F 18.3g 桜弁当献立⇒ 牛すき煮	<b>4</b> サワラの西京漬焼 E 308kcal P 19.3g F 13.3g 桜弁当献立⇒ ヒレカツ&エビフライ	<b>5</b> フライドチキン E 423kcal P 13.3g F 26.9g 桜弁当献立⇒ 酢豚&カニ玉	<b>6</b> 味噌カツ E 401kcal P 13.7g F 23.4g 桜弁当献立⇒ サケの塩焼き	<b>7</b> きのこソース入りハンバーグ E 440kcal P 13.5g F 28.9g 桜弁当献立⇒ チキンカツミートソースがけ	<b>8</b> ビビンバ風焼肉&イカフライ E 334kcal P 16.4g F 17.7g 桜弁当献立⇒ ホッケの塩焼
<b>10</b> スポーツの日 スポーツの日	<b>11</b> 八宝菜&白身天ぷら南蛮だれ E 301kcal P 14.2g F 11.6g スポーツの日	<b>12</b> 中華メンチカツ E 482kcal P 16.9g F 28.4g 桜弁当献立⇒ カレイの唐揚(カレー風味)	<b>13</b> サバの塩焼き E 301kcal P 14.6g F 19.1g 桜弁当献立⇒ 鶏のバジル焼	<b>14</b> 鶏の唐揚&きのこバター和え E 371kcal P 16.7g F 20.5g 桜弁当献立⇒ スタミナ焼肉&エビマヨ	<b>15</b> 串カツ(豚・うずら) E 343kcal P 12.2g F 17.5g 桜弁当献立⇒ おろしハンバーグ
<b>17</b> デミグラスハンバーグ E 307kcal P 13g F 12.5g 桜弁当献立⇒ チキン南蛮	<b>18</b> 豚肉生姜焼き E 331kcal P 15.5g F 16g 桜弁当献立⇒ 天ぷら盛り合わせ	<b>19</b> 赤魚の柚子味噌焼 E 309kcal P 15.2g F 15.2g 桜弁当献立⇒ 贅沢ローストンカツ	<b>20</b> チーズ入チキンカツ E 337kcal P 10.8g F 15.6g 桜弁当献立⇒ サバの塩焼(大根おろし)	<b>21</b> スパイシーコロケ E 302kcal P 8.4g F 14.1g 桜弁当献立⇒ 家常豆腐&イカ天フリソース	<b>22</b> サケの塩焼き E 301kcal P 18.1g F 9.9g 桜弁当献立⇒ ハム&スッキーの彩りフライ
<b>24</b> 油淋鶏&ギョーザ E 397kcal P 17.5g F 18.2g 桜弁当献立⇒ 豚肉の香味焼き	<b>25</b> 白身魚トッピング焼 & E 352kcal P 17.9g F 13.4g 桜弁当献立⇒ 麻婆茄子&チヂミ	<b>26</b> ヒレカツ E 304kcal P 13.4g F 11g 桜弁当献立⇒ チーズハンバーグマトリソース	<b>27</b> サバの煮付け E 401kcal P 21g F 22g 桜弁当献立⇒ 鶏の唐揚げ	<b>28</b> ミックスフライ E 365kcal P 10.6g F 24.5g 桜弁当献立⇒ 牛すじコロケ	<b>29</b> 肉じゃが&お好み焼 E 308kcal P 9.9g F 13.9g 桜弁当献立⇒ 赤魚の塩焼き

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 主食みの成分は左記数値を加算して下さい。  
 ※表示成分には、主食が含まれておりません。