

# 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。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。

| 月   | 火   | 水   | 木   | 金   | 土  |
|---|---|---|---|---|--|
| <b>1</b> 味噌カツ<br>E 396kcal P 12.3g F 22.7g<br>                | <b>2</b> 赤魚の塩焼き<br>E 301kcal P 15.5g F 9.2g<br>             | <b>3</b> 憲法記念日<br>  | <b>4</b> みどりの日<br>  | <b>5</b> こどもの日<br>                                      | <b>6</b> 牛肉コロッケ & お好み焼き<br>E 329kcal P 8.8g F 14.4g<br>  |
| <b>8</b> おろしハンバーグ<br>E 365kcal P 17.9g F 16.7g<br>            | <b>9</b> 鶏の生姜焼 & 白身魚フライ<br>E 463kcal P 23.8g F 30.9g<br>    | <b>10</b> 厚切りメンチカツ<br>E 363kcal P 14.4g F 19.1g<br>               | <b>11</b> 肉じゃが & イカ天甘辛だれ<br>E 351kcal P 10.9g F 13.7g<br> | <b>12</b> サケの塩焼き<br>E 319kcal P 16.4g F 17.2g<br>       | <b>13</b> ささみチーズフライ<br>E 324kcal P 13.1g F 13.2g<br>     |
| <b>15</b> ハムステーキカツ<br>E 330kcal P 11.3g F 13.8g<br>           | <b>16</b> 焼きサバ & 味付とろろ<br>E 309kcal P 12.7g F 16.9g<br>     | <b>17</b> ミックスフライ (コノワイ、エビ、納豆風味)<br>E 332kcal P 14.3g F 15.5g<br> | <b>18</b> ソースカツ<br>E 326kcal P 12.3g F 15.5g<br>          | <b>19</b> 鶏の唐揚 & 野菜春巻き<br>E 378kcal P 13.6g F 16.6g<br> | <b>20</b> 牛すき煮 & 野菜かき揚げ<br>E 311kcal P 11.3g F 13.2g<br> |
| <b>22</b> 麻婆茄子 & フォーハイ<br>E 364kcal P 8.7g F 22.7g<br>        | <b>23</b> ハニーマスタードカツ<br>E 322kcal P 11.7g F 13.4g<br>       | <b>24</b> 豚の照焼き & アジフライ<br>E 435kcal P 14.9g F 27.5g<br>          | <b>25</b> サワラの西京漬焼き<br>E 322kcal P 21.9g F 16.9g<br>      | <b>26</b> チーズインハンバーグ<br>E 322kcal P 13.9g F 15.5g<br>   | <b>27</b> 八宝菜 & 焼売<br>E 306kcal P 16.2g F 15.5g<br>      |
| <b>29</b> ヒレカツ & 人参インゲンペーコン巻<br>E 300kcal P 15.6g F 12.6g<br> | <b>30</b> サバの煮付け & 野菜とひじき豆腐焼<br>E 351kcal P 15.5g F 20g<br> | <b>31</b> 鶏肉の塩焼 & 野菜コロッケ<br>E 304kcal P 7.1g F 17.1g<br>          | <b>旬御飯</b><br>旬を盛り込んだ<br>E 423kcal P 9.3g F 3.1g<br>      |   |  |
| <b>桜M/献立⇒</b> サワラの西京焼き  | <b>桜M/献立⇒</b> 本格鶏の唐揚げ                                       | <b>桜M/献立⇒</b> 本格鶏の唐揚げ   | <b>桜M/献立⇒</b> 煮込み風ハンバーグ                                   | <b>桜M/献立⇒</b> 鯖の塩焼き(大根おろし)                              | <b>桜M/献立⇒</b> キーマカレーコロッケ                                 |
| <b>桜M/献立⇒</b> アジフライ & 野菜つくね                                   | <b>桜M/献立⇒</b> 八宝菜   | <b>桜M/献立⇒</b> サバの塩焼(大根おろし)  | <b>桜M/献立⇒</b> 煮込み風ハンバーグ                                   | <b>桜M/献立⇒</b> 鯖の塩焼き                                     | <b>桜M/献立⇒</b> キーマカレーコロッケ                                 |
| <b>桜M/献立⇒</b> カイの唐揚(カレー風味)                                    | <b>桜M/献立⇒</b> チーズインメンチカツ                                    | <b>桜M/献立⇒</b> 鶏の山賊焼き  | <b>桜M/献立⇒</b> 麻婆豆腐  | <b>桜M/献立⇒</b> 栗かぼちゃコロッケ                                 | <b>桜M/献立⇒</b> チキンカツ                                      |
| <b>桜M/献立⇒</b> 天ぷら盛り合わせ  | <b>桜M/献立⇒</b> デミグラスハンバーグ                                    | <b>桜M/献立⇒</b> 白身魚フライ  | <b>桜M/献立⇒</b> フライドチキン                                     | <b>桜M/献立⇒</b> チンジャオロース                                  | <b>桜M/献立⇒</b> 赤魚の揚げおろし煮                                  |
| <b>桜M/献立⇒</b> サケのごま醤油焼き                                       | <b>桜M/献立⇒</b> ヤンニョムチキン                                      | <b>桜M/献立⇒</b> 鯖の煮付け   | <b>桜M/献立⇒</b> 鯖の煮付け                                       | <b>桜M/献立⇒</b> 鯖の煮付け                                     | <b>桜M/献立⇒</b> 鯖の煮付け                                      |

**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おりますので、ぜひご賞味くださいませ。

味どころ 京都 味どころ 京都 **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**

☆会議用弁当、イベント用弁当  
 行楽弁当 受付中!  
 弁当・折詰等取り揃えております  
 でお気軽にお問い合わせ下さい。

※画像はイメージです。  
 ※10食以上で、お届けの3営業日前までに  
 ご予約くださいませ。

※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。

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/>