

# 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。松弁当の成分は、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。

**松弁当** or Treat  
 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けてお楽しみください。

月	火	水	木	金	土
<b>2</b> 焼サバ&豆腐ハンバーグ E 362kcal P 18.2g F 22g 桜M/献立⇒ ビーフカツ	<b>3</b> 鶏の唐揚 E 441kcal P 19.3g F 25.9g 桜M/献立⇒ カレイの南蛮漬け	<b>4</b> 甘辛たれカツ E 366kcal P 12.8g F 18.7g 桜M/献立⇒ 八宝菜	<b>5</b> チンジャオロース&フヨーハイ E 309kcal P 15.6g F 15.6g 桜M/献立⇒ タンドリーチキン	<b>6</b> チーズinハンバーグ&エビフライ E 489kcal P 14.7g F 27.7g 桜M/献立⇒ 酢豚	<b>7</b> 麻婆茄子&大判肉包み E 313kcal P 10.1g F 18.5g 桜M/献立⇒ 筑前煮
<b>9</b> スポーツの日 桜M/献立⇒ <b>スポーツの日</b>	<b>10</b> メンチカツ&白身魚レモンパッパ焼 E 403kcal P 15.5g F 26.8g 桜M/献立⇒ 麻婆豆腐	<b>11</b> 家常豆腐&イカ天チリソース E 353kcal P 11.7g F 16.2g 桜M/献立⇒ 豚肉の香味焼き	<b>12</b> サケの塩焼き E 313kcal P 15.1g F 16.5g 桜M/献立⇒ イタリアンハンバーグ	<b>13</b> 油淋鶏&ギョーザ E 370kcal P 14.8g F 13.2g 桜M/献立⇒ アジの香り焼き	<b>14</b> 豚串カツ&うずら串フライ E 360kcal P 12g F 20.5g 桜M/献立⇒ 肉じゃが&エビ海苔カツ
<b>16</b> カレイの蒲焼き風 E 383kcal P 18.5g F 19.9g 桜M/献立⇒ 鶏の本格唐揚げ	<b>17</b> ハムカツ E 309kcal P 11.5g F 11.4g 桜M/献立⇒ サバの竜田揚げ	<b>18</b> エビカツ&チキンロールフライ E 426kcal P 14.6g F 24.1g 桜M/献立⇒ イカ天チリソース	<b>19</b> 焼き肉&ベイクドエッグ E 306kcal P 11.3g F 17.6g 桜M/献立⇒ 天ぷら盛り合わせ	<b>20</b> 鶏の塩麹焼き&アジフライ E 358kcal P 18.1g F 20.6g 桜M/献立⇒ 贅沢ローストンカツ	<b>21</b> カレールウコロッケ E 313kcal P 10.2g F 13.8g 桜M/献立⇒ ホイコーロー
<b>23</b> 赤魚幽庵焼き E 305kcal P 15.2g F 12.7g 桜M/献立⇒ 串カツ盛り合わせ	<b>24</b> おろしハンバーグ&イカリングフライ E 362kcal P 15.6g F 19.9g 桜M/献立⇒ チンジャオロース	<b>25</b> 八宝菜&さしみチーズフライ E 347kcal P 15.1g F 17.2g 桜M/献立⇒ サケの塩焼き	<b>26</b> サバの煮付け E 319kcal P 13.6g F 20.3g 桜M/献立⇒ フライドチキン	<b>27</b> 味噌カツ E 431kcal P 12.7g F 26.8g 桜M/献立⇒ 白身魚のバジル焼き	<b>28</b> 肉豆腐&春菊煮付け E 317kcal P 18.9g F 13.4g 桜M/献立⇒ 照焼きハンバーグ
<b>30</b> 鶏の照焼き E 478kcal P 23.3g F 22.3g 桜M/献立⇒ ミックスフライ	<b>31</b> 栗かぼちゃコロッケ E 396kcal P 11.5g F 17.3g 桜M/献立⇒ サバの塩焼き	旬を盛り込んだ <b>今月より 始まります!</b>			

味と心 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、袋をあげご飯にかけて、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9/29(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(木) しめじご飯  
 10/26(木) かやくご飯



◆今月の炊込ご飯◆

**しめじ御飯** 10/12(木)  
 E 438kcal P 8.9g F 3.1g

**かやく御飯** 10/26(木)  
 E 448kcal P 9.2g F 3.1g

今月より 始まります!

この献立表は、弊社ホームページでもご覧いただけます。  
 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。  
 ※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加算して下さい。