

# 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  
担当栄養士 籠嶋 妙子

◆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のぞかせていただきますので、ぜひご賞味くださいませ。

味のこころ 京友禅  
**クッキング キョート**  
オリジナル  
手作り特選カレー

牛肉の旨味を大切に、  
香り高いスパイスで  
じっくり煮込んだ  
本格派ビーフカレーです。

※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。

毎日、お届けできます。

**ご案内**

☆平成二七年 迎春用  
本格和風二段 おせち料理  
「味のこころ京友禅オリジナル」

伝統的な「おせち料理」の食材を元の重に、京都の本格煮しめを式の重に詰合せた本格和風二段のおせち料理を、日頃のご愛顧に感謝し、特別価格に販売を企画しております。後日、パンフレットを配布いたしますので、ぜひご予約のご検討よろしくお願ひ申し上げます。

月	火	水	木	金	土
<p><b>1</b> 文化の日</p> <p>旬を盛り込んだ <b>炊き込み御飯</b></p> <p>◆今月の炊込ご飯◆ 山菜御飯 11/11(火) E 438kcal P 8.6g F 3.1g かやく御飯 11/27(木) E 448kcal P 9.2g F 3.1g</p>	<p><b>2</b> ヒレカツ</p> <p>E 316kcal P 15.9g F 15g</p>	<p><b>3</b> イカ天甘辛だれ</p> <p>E 388kcal P 10.9g F 19.2g</p>	<p><b>4</b> 鶏の照焼</p> <p>E 424kcal P 23.9g F 21.7g</p>	<p><b>5</b> すき焼風煮 &amp; カキフライ</p> <p>E 336kcal P 11g F 18.7g</p>	<p><b>6</b> 白身魚のエスカベッシュ</p> <p>E 341kcal P 13.8g F 20.9g</p>
<p><b>7</b> デミグラスハンバーグ</p> <p>E 425kcal P 18.1g F 19.3g</p>	<p><b>8</b> サケの香り焼</p> <p>E 231kcal P 18g F 10.9g</p>	<p><b>9</b> 目玉フライ</p> <p>E 480kcal P 16.8g F 21.9g</p>	<p><b>10</b> 味噌カツ</p> <p>E 368kcal P 18.4g F 14g</p>	<p><b>11</b> 煮サバ</p> <p>E 372kcal P 17.5g F 24.9g</p>	<p><b>12</b> アジの南蛮漬</p> <p>E 290kcal P 17.8g F 15.1g</p>
<p><b>13</b> ハムカツ</p> <p>E 383kcal P 13.6g F 16.6g</p>	<p><b>14</b> エビフライ &amp; チーズハンバーグ</p> <p>E 448kcal P 20.2g F 25.1g</p>	<p><b>15</b> カニ玉</p> <p>E 281kcal P 11.2g F 11.5g</p>	<p><b>16</b> おでん &amp; 豚味噌メンチ</p> <p>E 309kcal P 11.9g F 16.4g</p>	<p><b>17</b> サケの塩焼</p> <p>E 307kcal P 18.9g F 11.4g</p>	<p><b>18</b> ミートコロッケ</p> <p>E 387kcal P 10.9g F 18.3g</p>
<p><b>19</b> 赤魚の西京漬焼</p> <p>E 383kcal P 13.6g F 16.6g</p>	<p><b>20</b> 肉豆腐</p> <p>E 448kcal P 20.2g F 25.1g</p>	<p><b>21</b> 天ぷら盛り合わせ</p> <p>E 281kcal P 11.2g F 11.5g</p>	<p><b>22</b> サバの塩焼</p> <p>E 309kcal P 11.9g F 16.4g</p>	<p><b>23</b> 鶏テキ</p> <p>E 307kcal P 18.9g F 11.4g</p>	<p><b>24</b> 焼き肉</p> <p>E 387kcal P 10.9g F 18.3g</p>
<p><b>25</b> 勤労感謝の日</p> <p>感謝の日</p>	<p><b>26</b> 牛肉コロッケ &amp; ホッケの塩焼</p> <p>E 439kcal P 14.6g F 24g</p>	<p><b>27</b> チキン唐揚</p> <p>E 496kcal P 21.1g F 22.6g</p>	<p><b>28</b> サバの塩焼</p> <p>E 443kcal P 17.6g F 20.7g</p>	<p><b>29</b> 照焼ハンバーグ</p> <p>E 405kcal P 20.4g F 19.3g</p>	<p><b>30</b> トンカツ</p> <p>E 369kcal P 15.1g F 19.2g</p>
<p><b>31</b> 和風豆腐ハンバーグ</p> <p>E 439kcal P 14.6g F 24g</p>	<p><b>32</b> サケの味噌漬焼</p> <p>E 496kcal P 21.1g F 22.6g</p>	<p><b>33</b> 肉じゃが</p> <p>E 443kcal P 17.6g F 20.7g</p>	<p><b>34</b> エビフライミートソース</p> <p>E 405kcal P 20.4g F 19.3g</p>	<p><b>35</b> 八宝菜</p> <p>E 369kcal P 15.1g F 19.2g</p>	