



SERVICE DAY 13日(木)



桜餅

LUNCH MENU

2025 3月

ドキドキ

11

山口

全国うまいもん旅

山賊焼

「山賊焼」という料理を知っていますか？山賊焼は鶏肉をタレなどにつけ炭火やオープンなどで焼いたものです。山口のご当地グルメです。照り焼やローストチキンというイメージに近いかもしれませんが、山賊焼は、岩国市にある『いろり山賊』という居酒屋で提供されて広がっていったといわれています。また、西日本で「山賊焼」というと、山口の「山賊焼」を表すことが多いようです。山口県民の間では、運転免許を取得したら最初のドライブで食べに行く料理として定着しているらしいです。

1(土) のい塩干キンカツ



熱量 403kcal 蛋白質 14.3g 脂質 22.4g 炭水化物 36.9g 塩分 2.9g

3(月) 豚と野菜の甘辛味噌炒め



熱量 284kcal 蛋白質 12.4g 脂質 14.5g 炭水化物 27.0g 塩分 3.8g

4(火) 鶏肉の彩り天ぷら



熱量 510kcal 蛋白質 19.3g 脂質 32.2g 炭水化物 33.5g 塩分 2.5g

5(水) 海鮮麻婆大根



熱量 225kcal 蛋白質 15.0g 脂質 7.9g 炭水化物 24.0g 塩分 3.2g

6(木) さんまの竜田揚げ



熱量 290kcal 蛋白質 9.5g 脂質 18.8g 炭水化物 22.5g 塩分 2.1g

7(金) おすすめ MENU



揚豚じゃがの甘辛和え

熱量 294kcal 蛋白質 6.5g 脂質 12.9g 炭水化物 38.5g 塩分 2.0g

8(土) ていやきハンバーグ



熱量 281kcal 蛋白質 10.7g 脂質 9.9g 炭水化物 29.8g 塩分 3.4g

10(月) クリーム煮&メンチカツ



熱量 272kcal 蛋白質 8.7g 脂質 13.7g 炭水化物 29.7g 塩分 2.8g

11(水) 山賊焼&あじフライ



熱量 313kcal 蛋白質 15.1g 脂質 16.3g 炭水化物 26.3g 塩分 2.8g

12(水) 豚とちやしのスタミナ炒め



熱量 188kcal 蛋白質 10.7g 脂質 9.1g 炭水化物 16.6g 塩分 1.5g

13(木) タルタルチキン南蛮



熱量 394kcal 蛋白質 16.2g 脂質 23.2g 炭水化物 29.5g 塩分 3.1g

14(金) 中華うま煮~担々ソース



熱量 208kcal 蛋白質 7.8g 脂質 11.2g 炭水化物 19.9g 塩分 2.2g

15(土) すき焼風コロケ



熱量 376kcal 蛋白質 8.8g 脂質 21.4g 炭水化物 38.6g 塩分 3.2g

～元氣健康ベジタブル～ **“地産地消”** ～どれでも岡山産～

いただきます～す

7日(金) 生姜…津山	12日(木) ねぎ…牧石	14日(金) トマト…鯉・鮎
18日(火) 生姜…津山	21日(金) ねぎ…牧石	27日(木) なす…鞆・鞆

～ご飯は国産米を使用しています～

●電子レンジ使用不可●
弁当容器はポリプロピレン製ですので電子レンジにかけると化学反応を起こしお客様の健康を害する場合がありますので絶対にかけないで下さい。

●注意●
・食事は衛生上、午後2時までに召上がり下さい
・直射日光・極端に湿度の高い所には置かないで下さい
・食材仕入の都合により一部メニューの変更がある場合がございます
※栄養成分はおかずのみの表示です(ライス 100g当たり156kcal)

キョードーフーズ
TEL.086-263-2626 FAX.086-263-2659
URL <http://www.kyodofoods.co.jp/>

17(月) 酢豚



熱量 306kcal 蛋白質 9.1g 脂質 15.2g 炭水化物 33.5g 塩分 2.2g

18(火) ハンバーグ&自身魚フライ



熱量 345kcal 蛋白質 12.1g 脂質 13.6g 炭水化物 36.1g 塩分 2.9g

19(水) 塩だれ千キン&カニコロッケ



熱量 320kcal 蛋白質 11.7g 脂質 17.7g 炭水化物 28.5g 塩分 3.2g

20(木) 春分の日



ローストンカツ

21(金) 海鮮五目中華煮



熱量 201kcal 蛋白質 13.0g 脂質 9.3g 炭水化物 17.8g 塩分 2.5g

22(土) 鶏肉の味噌漬焼



熱量 352kcal 蛋白質 19.8g 脂質 17.5g 炭水化物 26.4g 塩分 3.0g

3月 ドキドキ

“おすすめMENU”☆☆ 自信をもっておすすめする自慢のグルメです

“地産地消” 地元、岡山県産のとれたて新鮮素材を使っています



旬味

野菜	魚介	果物
仔の子 菜の花 キャベツ ブロccoli さやえんどう	さわら にしん 帆立貝 ぶり はまぐり	はっさく キウイ 桃 ぶんたん デコポン

～“旬”の食材には栄養がたっぷり! この季節に美味しい物を～

24(月) 千トソース肉団子



熱量 262kcal 蛋白質 13.1g 脂質 11.6g 炭水化物 27.5g 塩分 3.5g

25(火) ハムポテトサラダフライ



熱量 261kcal 蛋白質 8.6g 脂質 13.0g 炭水化物 28.3g 塩分 2.9g

26(水) おすすめ MENU

豚ロース生姜焼

熱量 326kcal 蛋白質 10.9g 脂質 18.1g 炭水化物 29.4g 塩分 2.4g

27(木) 自身魚天ぷら&なす天ぷら



熱量 250kcal 蛋白質 8.6g 脂質 10.9g 炭水化物 29.4g 塩分 2.8g

28(金) 麻婆豆腐&春巻



熱量 191kcal 蛋白質 7.7g 脂質 6.6g 炭水化物 26.2g 塩分 3.2g

29(土) 千キン唐揚



熱量 353kcal 蛋白質 12.3g 脂質 20.7g 炭水化物 29.6g 塩分 2.4g

31(月) 蒸し鶏の油淋鶏ソース和え



熱量 240kcal 蛋白質 10.6g 脂質 9.9g 炭水化物 29.3g 塩分 2.9g



●電子レンジ使用不可●
弁当容器はポリプロピレン製ですので電子レンジにかけると化学反応を起こしお客様の健康を害する場合がありますので絶対にかけないで下さい。

※昼食は衛生上、午後2時までにお召上がり下さい
※直射日光・極端に湿度の高い所には置かないで下さい
※食材仕入の都合により一部メニューの変更がある場合がございます
※栄養成分はおかずのみの表示です(ライス 100g当たり156kcal)

キョードーフーズ
TEL.086-263-2626 FAX.086-263-2659
URL http://www.kyodofoods.co.jp/