

Lunch MENU

2025 4月

うきうき

SERVICE DAY

10日
(木)
デミケーキ



18 (金) **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？山賊焼は鶏肉をタシなどにつけ炭火やオープンなどで焼いたもので山口のご当地グルメです。山賊焼は、岩国市にある『いろいろ山賊』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 (火) **ハンバーグ&コロッケ**



熱量 372kcal 蛋白質 10.8g 脂質 15.1g 炭水化物 41.6g 塩分 3.4g

2 (水) **豚肉の彩り揚げ～味付ポン酢**



熱量 337kcal 蛋白質 15.8g 脂質 21.0g 炭水化物 24.9g 塩分 3.7g

3 (木) **鶏と野菜の塩だれ炒め**



熱量 309kcal 蛋白質 16.1g 脂質 14.6g 炭水化物 27.4g 塩分 3.8g

4 (金) **ていたま肉団子&ハムステーキ**



熱量 389kcal 蛋白質 12.2g 脂質 18.8g 炭水化物 43.7g 塩分 3.6g

5 (土) **照焼チキン**



熱量 359kcal 蛋白質 20.6g 脂質 18.4g 炭水化物 27.3g 塩分 3.0g

7 (月) **豚とキャベツの甘辛味噌炒め**



熱量 307kcal 蛋白質 13.3g 脂質 14.3g 炭水化物 33.1g 塩分 4.1g

8 (火) **SPECIAL MENU**



黒毛和牛と霧島黒豚のメンチカツ

熱量 535kcal 蛋白質 12.7g 脂質 31.8g 炭水化物 48.2g 塩分 3.0g

9 (水) **ポークステーキ～オニオンソース**



熱量 290kcal 蛋白質 15.1g 脂質 13.8g 炭水化物 27.6g 塩分 3.0g

10 (木) **白身魚青のりフライ&オムレツ**



★デミケーキ★

熱量 302kcal 蛋白質 10.9g 脂質 14.3g 炭水化物 33.3g 塩分 2.5g

11 (金) **グリルチキン&ハムサラダフライ**



熱量 363kcal 蛋白質 17.9g 脂質 14.9g 炭水化物 40.5g 塩分 3.1g

12 (土) **揚豚のトマト炒め&あじフライ**



熱量 328kcal 蛋白質 10.1g 脂質 18.3g 炭水化物 31.6g 塩分 2.5g

14 (月) **炙り焼チキン&かぼちゃコロッケ**



熱量 359kcal 蛋白質 14.7g 脂質 17.2g 炭水化物 37.0g 塩分 2.9g

15 (火) **豚バラ肉のピリ辛炒め**



熱量 315kcal 蛋白質 10.0g 脂質 21.6g 炭水化物 22.9g 塩分 2.1g

地産地消

元気健康ベジタブル

いただきます～す

10日(木) なす…菊・細

10日(木) ねぎ…牧石

14日(月) 胡瓜…鶏・餅

22日(火) ねぎ…牧石

24日(木) 大根…岡山

25日(金) 胡瓜…鶏・餅

～ご飯は国産米を使用しています～

●電子レンジ使用不可●
弁当容器は電子レンジに対応しておりません。電子レンジにかけると危険ですので、絶対にかけないで下さい。

※食事は衛生上、午後2時までに召上が下さい
・直射日光・極端に温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/>

16(水) ガリバタチキン



熱量 310kcal 蛋白質 16.2g 脂質 16.0g 炭水化物 24.9g 塩分 3.0g

17(木) ひとくちロースとんかつ



熱量 476kcal 蛋白質 15.4g 脂質 31.1g 炭水化物 32.8g 塩分 2.9g

18(金) 山賊焼&チーズポテトフライ
全国うまいもん旅 **山口**



熱量 445kcal 蛋白質 17.7g 脂質 24.9g 炭水化物 36.6g 塩分 3.2g

19(土) イカとキャベツのチャンポン炒め



熱量 187kcal 蛋白質 11.7g 脂質 7.3g 炭水化物 19.5g 塩分 2.4g

21(月) 7種具材のパリッと春巻



熱量 270kcal 蛋白質 8.5g 脂質 9.8g 炭水化物 38.2g 塩分 3.6g

22(火) SPECIAL MENU ★★
岡山県産 ねぎ



ふっくらハンバーグ
～濃厚ブラウンソース～

熱量 410kcal 蛋白質 19.8g 脂質 15.8g 炭水化物 47.3g 塩分 3.7g

うまいうまいうま 4月

"SPECIAL 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
竹の子 キャベツ さやえんどう グリンピース 玉ねぎ	さわら あいなめ さより あさり ぶり	グレープフルーツ 梅 パパイア はっさく デコボン

～"旬"の食材には栄養がたっぷり! この季節に美味しい物を～

23(水) 豚ロース肉の竜田揚



熱量 296kcal 蛋白質 11.7g 脂質 13.6g 炭水化物 34.5g 塩分 3.3g

24(木) ガリックチキン&牛肉コロッケ



岡山県産 大根

熱量 370kcal 蛋白質 17.1g 脂質 21.1g 炭水化物 28.2g 塩分 3.0g

25(金) 豚バラ肉と白菜の旨煮



岡山県産 胡瓜

熱量 365kcal 蛋白質 13.1g 脂質 27.1g 炭水化物 20.2g 塩分 2.1g

26(土) 旨辛マーボーフライ



熱量 427kcal 蛋白質 9.5g 脂質 24.3g 炭水化物 43.6g 塩分 3.7g

28(月) 炭火焼つくね&いか磯風味フライ



熱量 396kcal 蛋白質 11.6g 脂質 18.2g 炭水化物 47.9g 塩分 3.7g

29(火) 昭和の日



鶏キムチ炒め

30(水) 天津かに玉&真あじ竜田揚



熱量 278kcal 蛋白質 9.9g 脂質 10.5g 炭水化物 37.0g 塩分 3.6g



●電子レンジ使用不可●
弁当容器は電子レンジに対応していません。電子レンジにかけると危険ですので、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/>