



SERVICE DAY 15日(木)
さやえんどう



LUNCH
MENU

2025
5月
ドキドキ

23 (金) **大分**
全国うまいもん旅

中津からあげ

「中津からあげ」は、醤油や塩をベースにニンニクや生姜など数種類の調味料を使ったタレに漬けたものが多くタレの作り方や漬け込む時間、隠し味等により様々な味付けがありお店それぞれの魅力があるのが特徴です。からあげが中津に根付いた理由はさまざま。「以前中津にたくさんの養鶏場があり鶏肉の入手が容易だった」「旧満州からの引揚者が中国での食べ方を再現した」「お惣菜店が揚げたてを提供したことが評判となり類似の店が増えた」と言われています。昔ながらの中津からあげのお店はもちろん新店舗も続々オープンし数十店舗が連なるからあげの激戦区となった中津は「からあげの聖地」として今や全国のからあげ好きが注目されるエリアです！

1 (木) ポーク/チー&コーン香ばし揚



熱量 259kcal 蛋白質 12.3g 脂質 10.5g 炭水化物 29.4g 塩分 2.9g

2 (金) 白身魚青のりフライ&スパインチキン



熱量 298kcal 蛋白質 13.1g 脂質 14.9g 炭水化物 28.2g 塩分 2.2g

3 (土) 憲法記念日



～ おまかせメニュー～

5 (月) こどもの日



～ おまかせメニュー～

6 (火) 振替休日



～ おまかせメニュー～

7 (水) 南蛮だれ肉団子&かに玉



熱量 314kcal 蛋白質 15.2g 脂質 15.4g 炭水化物 29.2g 塩分 3.4g

8 (木) おすすめ MENU



ピリ辛炙りチキン&紅芋コロッケ

熱量 331kcal 蛋白質 12.2g 脂質 17.2g 炭水化物 32.3g 塩分 2.8g

9 (金) 豚バラと野菜のチャンポン炒め



熱量 295kcal 蛋白質 9.6g 脂質 21.4g 炭水化物 18.5g 塩分 2.0g

10 (土) 鶏外マト煮込み&かにコロッケ



熱量 362kcal 蛋白質 9.5g 脂質 20.3g 炭水化物 35.5g 塩分 2.5g

12 (月) 酢豚



熱量 260kcal 蛋白質 9.0g 脂質 12.0g 炭水化物 29.3g 塩分 2.6g

13 (火) ペーコン粒マスタードフライ



熱量 322kcal 蛋白質 10.1g 脂質 18.8g 炭水化物 29.1g 塩分 2.8g

14 (水) ガーリックチキン



熱量 312kcal 蛋白質 15.3g 脂質 15.1g 炭水化物 28.2g 塩分 2.4g

15 (木) SERVICE DAY 五目中華旨煮



★さやえんどう★

熱量 193kcal 蛋白質 9.1g 脂質 7.2g 炭水化物 23.6g 塩分 1.8g

“地産地消”

～元氣健康ベジタブル～

いただきます～す

14日(水) 生姜…津山

15日(木) なす…鶴・細

21日(水) ねぎ…柘

23日(金) トマト…鶴・剱

23日(金) 生姜…津山

26日(月) 胡瓜…鶴・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。

※食事は衛生上、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/>

16(金) 生姜風味豚天&つくね焼



熱量 332kcal 蛋白質 15.0g 脂質 19.5g 炭水化物 26.1g 塩分 2.3g

17(土) ハンバーグ&オムレツ



熱量 290kcal 蛋白質 10.4g 脂質 9.7g 炭水化物 33.4g 塩分 3.4g

19(月) あじフライ&ハムステーキ



熱量 375kcal 蛋白質 10.9g 脂質 20.4g 炭水化物 37.8g 塩分 2.8g

20(火) おすすめ MENU



豚バラ大根ピリ辛味噌煮

熱量 376kcal 蛋白質 12.9g 脂質 28.0g 炭水化物 20.7g 塩分 2.3g

21(水) 白身魚の南蛮漬



熱量 322kcal 蛋白質 16.3g 脂質 11.2g 炭水化物 39.0g 塩分 3.5g

22(木) ねぎ塩ポーク/ステーキ



熱量 296kcal 蛋白質 11.6g 脂質 13.9g 炭水化物 31.3g 塩分 2.2g

5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
にんじん	さわら	夏みかん
玉ねぎ	あさり	グレープフルーツ
アスパラガス	あいなめ	びわ
胡瓜	きす	マンゴー
グリーンピース	いさき	パパイヤ

～“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(金) 中津風塩唐揚

全国うまいもん旅

大分



熱量 323kcal 蛋白質 16.7g 脂質 19.3g 炭水化物 19.5g 塩分 2.3g

24(土) 肉じゃが&春巻



熱量 236kcal 蛋白質 7.3g 脂質 8.3g 炭水化物 33.2g 塩分 2.6g

26(月) 鶏とキャベツの甘辛味噌炒め



熱量 208kcal 蛋白質 12.8g 脂質 5.6g 炭水化物 28.0g 塩分 3.8g

27(火) 彩野菜とハムのトマト旨煮



熱量 239kcal 蛋白質 7.3g 脂質 10.3g 炭水化物 30.2g 塩分 2.8g

28(水) ロースカツ～カレーソース



熱量 377kcal 蛋白質 10.8g 脂質 22.2g 炭水化物 32.9g 塩分 3.3g

29(木) 肉団子のあじ塩だし煮&コロケ



熱量 315kcal 蛋白質 9.8g 脂質 14.7g 炭水化物 37.4g 塩分 3.1g

30(金) さんま唐揚&野菜つくね



熱量 333kcal 蛋白質 12.6g 脂質 18.3g 炭水化物 31.4g 塩分 2.4g

31(土) ていやきチキン



熱量 342kcal 蛋白質 20.1g 脂質 17.0g 炭水化物 26.1g 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。

※朝食は衛生上、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/