

うきうき Lunch MENU

8月 2025

SPECIAL MENU

5 (火)

油淋鶏



大ぶりの鶏もも肉を使ったジューシーな唐揚げに自家製油淋鶏だれが絡み合うボリュームな逸品です。

1 (金) 白身魚天ぷら～かに風味あん



熱量 336 kcal 蛋白質 16.5g 脂質 14.3g 炭水化物 36.7g 塩分 3.1g

2 (土) のい塩チキンカツ



熱量 427 kcal 蛋白質 13.3g 脂質 23.1g 炭水化物 41.4g 塩分 2.9g

4 (月) ペッパーバーグ&紫芋コロッケ



熱量 398 kcal 蛋白質 11.1g 脂質 16.6g 炭水化物 43.8g 塩分 3.3g

5 (火) SPECIAL MENU



油淋鶏

熱量 435 kcal 蛋白質 19.1g 脂質 28.5g 炭水化物 24.2g 塩分 2.4g

6 (水) 豚ロース西京焼



熱量 326 kcal 蛋白質 12.8g 脂質 16.3g 炭水化物 31.5g 塩分 2.7g

7 (木) 帆立クリーミーコロッケ



熱量 461 kcal 蛋白質 10.7g 脂質 28.8g 炭水化物 40.0g 塩分 3.2g

8 (金) 肉だんごの大学芋あんがらめ



熱量 324 kcal 蛋白質 11.7g 脂質 13.1g 炭水化物 40.8g 塩分 4.1g

9 (土) ていやきチキンステーキ



熱量 396 kcal 蛋白質 20.3g 脂質 20.2g 炭水化物 30.7g 塩分 3.3g

11 (月) 山の日



酢豚

12 (火) 根菜と蒸し鶏の煮物&オムレツ



熱量 241 kcal 蛋白質 11.0g 脂質 8.7g 炭水化物 30.5g 塩分 3.3g

13 (水) 白身魚フライ



熱量 409 kcal 蛋白質 11.9g 脂質 24.1g 炭水化物 35.5g 塩分 2.4g

14 (木) 鶏とキャベツの回鍋肉風



熱量 253 kcal 蛋白質 14.8g 脂質 8.3g 炭水化物 30.5g 塩分 4.4g

15 (金) ひとくちロースとんかつ



熱量 422 kcal 蛋白質 12.4g 脂質 25.2g 炭水化物 36.9g 塩分 2.9g

～元気健康ベジタブル～

“地産地消”

いただきます～す

5日(火)
トマト
(ひばく・鶴山)

19日(火)
ミニトマト
(鶴山・ひばく)

8日(金)
南瓜
(牛窓・西大寺)

26日(火)
なす
(足守・鶴津)

…異常気象・災害等により中止になる場合がございますのでご了承ください…

～ 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時までに召上がります。
・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あたり156kcal)

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

～お客様に安心して召し上がって頂くために安全面を考慮し、夏場の生野菜の使用を控えさせていただきますのでご了承下さい～

8月

うきうき

“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“岡山産”のとれたて新鮮素材を使っています

“グルメ旅”

日本・世界のグルメを旅に出かけた気分どうぞ

SPECIAL MENU

19(火)

豚ロースしゃぶしゃぶ



やわらかく仕上げた豚ロース肉と野菜を
ごま香るドレッシングでいただく夏のさっぱりメニューです。

16(土)

チキン唐揚げ



熱量 402 kcal 蛋白質 14.1g 脂質 24.3g 炭水化物 31.8g 塩分 2.7g

18(月)

あじフライ&粗挽つくね焼



熱量 326 kcal 蛋白質 14.1g 脂質 16.5g 炭水化物 31.6g 塩分 3.0g

19(火)

SPECIAL MENU

豚ロースしゃぶしゃぶ

熱量 263 kcal 蛋白質 14.3g 脂質 13.9g 炭水化物 20.1g 塩分 2.1g

20(水)

鶏と野菜のピリ辛味噌炒め



熱量 302 kcal 蛋白質 13.5g 脂質 13.0g 炭水化物 33.2g 塩分 3.4g

21(木)

ハンバーグ～洋風ソース



熱量 395 kcal 蛋白質 12.3g 脂質 17.2g 炭水化物 40.8g 塩分 3.7g

22(金)

メンチカツ



熱量 489 kcal 蛋白質 11.5g 脂質 30.9g 炭水化物 41.6g 塩分 3.0g

23(土)

グリルチキンの塩だれ和え



熱量 286 kcal 蛋白質 14.3g 脂質 9.6g 炭水化物 35.9g 塩分 3.1g

25(月)

五目中華旨煮



熱量 228 kcal 蛋白質 11.2g 脂質 10.1g 炭水化物 24.4g 塩分 2.8g

26(火)

豚肉のトマトソースかけ



熱量 349 kcal 蛋白質 13.7g 脂質 15.5g 炭水化物 38.2g 塩分 2.9g

27(水)

麻婆じゃが&春巻



熱量 203 kcal 蛋白質 8.3g 脂質 6.4g 炭水化物 30.1g 塩分 2.9g

28(木)

といてん



熱量 412 kcal 蛋白質 16.4g 脂質 23.4g 炭水化物 32.0g 塩分 2.6g

29(金)

かに玉甘酢あん&豚磯天ぷら



熱量 237 kcal 蛋白質 10.6g 脂質 12.2g 炭水化物 24.6g 塩分 2.4g

30(土)

豚肉の甘辛炒め煮



熱量 276 kcal 蛋白質 13.1g 脂質 14.1g 炭水化物 23.9g 塩分 2.7g



●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。

※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/>

～ お客様に安心して召し上がって頂くために安全面を考慮し、夏場の生野菜の使用を控えさせて頂きますのでご了承下さい ～