

1月 日替わりメニュー

管理栄養士が考えた

2026
January

月	火	水	木	金
			1	2
			店休日	店休日
5 新年	6 黒酢 疲労回復	7 さかなの日	8 今月のフェア 極旨中華フェア	9 スタミナ
12 店休日	13 食物繊維 豊富	14 Premium 成人の日 にちなんで	15 ハンバーグ	16 ★ Special ビタミンB1 豊富
19 パワー チーゼ	20 29種類の 香辛料	21 今月のフェア 九州うまもん フェア	22 ふりふり モチ	23 もろみ
26 ビーフハ ンバーグ	27 ★ Special 黒 トリュフ	28 リコピン	29 山椒	30 Premium サクッと フライチキン

❶ 粗挽き肉ハンバーグ・シャリアンソース
「腰が曲がるまで元気」で、プリプリ海老入り水餃子
「見通し良く」きんぴられんこん
「福を呼ぶ」かぼちゃの甘辛マッシュ
キャベツの和風ごまサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 569kcal	18.5g	15.5g	89.2g	2.7g
ヘルシー 389kcal	11.5g	9.2g	65.6g	1.9g

❷ 黒酢の酢豚
お楽しみの揚げ物
銚子名物カレーボール・コンソメ煮
切干大根煮
ポテトサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 701kcal	17.5g	30.5g	89.1g	2.8g
ヘルシー 488kcal	12.4g	20.0g	65.3g	2.2g

❸ ごろっとチキン・カニカマ中華あん
あざり入り！ グラタンコロッケ
ツナと野菜の和風チャブチェ
きゅうりの生巻和え
店主おすすめ1品

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 588kcal	19.8g	16.8g	90.9g	1.9g
ヘルシー 412kcal	12.6g	10.1g	68.8g	1.4g

❹ 生姜香る・鶏もも肉の竜田揚げ
❺ 食べ応え満点！ ピリ辛麻婆茄子
野菜たっぷり揚げ餃子
干し豆腐と豆もやしのピリ辛ナムル
白菜漬けの中華サラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 669kcal	18.8g	28.2g	83.9g	3.0g
ヘルシー 440kcal	12.5g	16.5g	59.8g	2.2g

❻ 豚肉とゴロゴロ野菜のガッツリスタミナ炒め
白身魚フライ・チリマスタートソース
高野豆腐と花枝の煮物
あざりもろみでボンゴレ風
さつまいものすりおろし野菜サラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 615kcal	17.4g	22.4g	87.5g	1.9g
ヘルシー 429kcal	12.5g	13.7g	65.4g	1.4g

❽ 鶏肉ときのこのガオオ風炒め
ごま油香る！ 塩じゃがコロッケ
たこと紅生姜の揚げ天
おまかせの副菜
マカロニサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 607kcal	19.3g	23.1g	82.3g	2.7g
ヘルシー 427kcal	13.1g	15.6g	59.7g	2.0g

❾ 海老フライ・鮭入り！ 紅白タルタル
❿ チョーシューと根菜のピリ辛味噌仕立て
「ごま油香る」麦もそときゅうりのサラダ
とちあいか使用！ 苺のロールケーキ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 626kcal	15.4g	25.8g	83.4g	2.5g
ヘルシー 432kcal	10.4g	17.0g	59.5g	1.7g

⓫ BBQソースで煮込みハンバーグ
磯の香広がる裏切らない旨さ白身魚フライ
大豆とナッツの中華風五目炒め煮
ひじき煮
ポテトサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 614kcal	16.2g	19.5g	89.8g	3.0g
ヘルシー 449kcal	14.2g	14.5g	66.4g	2.3g

⓬ 合鴨と野菜のごちそう醤油ベロン
熟成ベーコンと枝豆のクリームコロッケ
ちくわ隠し揚げ
京都で親しまれるうまい菜で甘辛生麦炒め
白菜漬のおかきサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 733kcal	14.8g	36.8g	88.4g	2.6g
ヘルシー 474kcal	10.0g	21.7g	62.1g	1.8g

⓭ ガッツンとジュシーメンチ・瀬戸内レモンだれ
お楽しみの1品
ソーセージとブロッコリーのチーズソーサー
切干大根煮
キャベツの和風オニオンサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 695kcal	21.4g	29.7g	85.5g	2.6g
ヘルシー 457kcal	13.6g	17.8g	60.9g	1.9g

⓮ コク旨！ キーマカレー
栗かぼちゃコロッケ
出汁入りたこ焼き
京風印の花〜おからと野菜〜
紅芯大根とカリフラワーのマリネ風サラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 605kcal	14.2g	21.4g	90.4g	2.5g
ヘルシー 416kcal	10.0g	13.9g	63.8g	1.7g

⓯ チキンカツで宮崎郷土料理チキン南蛮風
❶ さば竜田〜大分柚子胡椒おろしソース〜
鹿児島名物さつま揚げ風「鶏さつま」
バスタコンにゃくの野菜炒め
さつまいもマッシュサラダ〜明太子和え〜

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 609kcal	23.2g	20.8g	81.8g	2.9g
ヘルシー 443kcal	15.1g	15.9g	60.3g	2.2g

⓰ 海老カツ・ソース
ほっこり〜 豚肉と春雨の生姜煮込み〜
花がんと煮物
ピーマンのバター醤油炒め
ポテトサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 613kcal	16.8g	23.6g	85.1g	2.3g
ヘルシー 424kcal	11.2g	15.7g	60.6g	1.7g

⓱ 鶏竜田と野菜の和風もろみダレ
ごろっと枝豆コロッケ
ミートボールトナリ煮込み
ひじき煮
店主おすすめ1品

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 616kcal	17.0g	23.1g	87.2g	2.6g
ヘルシー 430kcal	12.7g	14.9g	62.8g	2.0g

⓲ ビーフ入りハンバーグ・昆布ポン酢ジュレ
たらとスモークチーズの練り・トマトクリームソース
大根のコンソメ煮
ほうれん草と豆もやしの塩ナムル
マカロニサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 734kcal	17.4g	27.9g	80.4g	2.7g
ヘルシー 424kcal	11.3g	16.6g	58.2g	1.9g

⓳ 黒トリュフ香る唐揚げ
豚肉とゴロゴロ野菜のヤンニョム風
タコ入り！ 海鮮チヂミ
里芋とじゃがいものしば漬け和風マッシュ
バスタコンにゃくのネギおろしサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 734kcal	13.8g	34.8g	89.5g	2.5g
ヘルシー 474kcal	9.3g	19.2g	64.1g	1.8g

⓴ 牛すじ入りハッシュドビーフ
アブラカレイの柚子胡椒あん
かぼちゃ天ぷら
おまかせの副菜
小松菜のもろみ醤油サラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 509kcal	15.6g	16.3g	76.1g	2.3g
ヘルシー 363kcal	10.1g	11.5g	56.3g	1.6g

⓵ 合鴨と野菜の山椒アヒージョ
さつま芋コロッケ・黒ごま風味
新鮮野菜と豆腐のちり揚げ
わかめとネギのやみつき和え
キャベツとオクラの梅サラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 657kcal	12.8g	27.6g	90.5g	2.5g
ヘルシー 434kcal	9.1g	16.4g	63.4g	1.9g

⓶ 人気コンビ☆フライドチキン・カレーソース
とろろと月見ハンバーグ・甘辛ナッツタレ
カルシウム強化しらすと青菜の黒胡麻炒め
ダブルお豆のチリコンカンサラダ
“温州みかんあん”入りのまんこ大福

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス 777kcal	21.8g	37.5g	91.4g	2.1g
ヘルシー 515kcal	14.3g	22.0g	67.3g	1.3g

❶マークは写真で紹介しているメニューです。

十二穀ご飯
使用



日替わり デラックス弁当

日替わりのおかず5品
カロリー目安750kcal



日替わり ヘルシー弁当

日替わりのおかず5品
カロリー目安550kcal

Premium

Special

今月のフェア

季節にちなんだプレミアムメニュー。
デザート付きです。

魅力的なおかずを盛り込んだ
スペシャルメニューです。

毎月、テーマに沿ったフェアを開催！
特別なメニューに出会えるかも。

※写真はイメージです。 ※記載されているカロリー、栄養成分の値は弁当一個分ですが、あくまでも目安です。栄養素の摂取量を保証するものではありません。 ※当店のお弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしていません。ご了承ください。 ※仕入れの状況により、予告なく内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。



毎月3〜7日は、水産庁が定める
「さかなの日」です。消費拡大に
向けた取り組みとして、1/7は
水産物を豊富に使用しています。

2026 年

注文内容をご記入のうえ、お届け日前日までにFAXをお送りください。



FAXご注文書

 就労継続支援A型事業所
 Kitchen後樂園

 TEL : 099-213-9833
 (日置市内: 当日10時まで 日置市外: 当日9時30分まで)
 FAX : 099-213-9844
 (日置市内: 当日10時まで 日置市外: 当日9時30分まで)


- ◆ ヘルシー弁当: 500円、デラックス弁当: 600円、からあげ弁当: 600円【税込価格】
- ◆ デラックス弁当及びからあげ弁当は、ご飯大盛りプラス50円
- ◆ 前日までのご注文の場合、お弁当個数分のお味噌汁をサービス! ※お湯・お茶碗はご準備願います。

月		火		水		木		金						
 本年もよろしく お願いいたします						 お休み		 お休み						
5	種類	個数	6	種類	個数	7 ⑨ 後楽園デー	8 今月フェア (中華)	9	種類	個数	9	種類	個数	
	ヘルシー	個		ヘルシー	個				ヘルシー	個		ヘルシー	個	
	デラックス	個		デラックス	個				デラックス	個		デラックス	個	
	デラックス大盛	個		デラックス大盛	個				デラックス大盛	個		デラックス大盛	個	
	醤油からあげ	個		塩麴からあげ	個				醤油からあげ	個		醤油からあげ	個	
からあげ大盛	個	からあげ大盛	個	からあげ大盛	個	からあげ大盛	個	からあげ大盛	個					
12	 お休み		13	種類	個数	14 👑 プレミアム	15	種類	個数	16 ★ スペシャル	種類	個数		
	ヘルシー	個		ヘルシー	個			ヘルシー	個		ヘルシー	個		
	デラックス	個		デラックス	個			デラックス	個		デラックス	個		
	デラックス大盛	個		デラックス大盛	個			デラックス大盛	個		デラックス大盛	個		
	醤油からあげ	個		塩麴からあげ	個			醤油からあげ	個		塩麴からあげ	個		
からあげ大盛	個	からあげ大盛	個	からあげ大盛	個	からあげ大盛	個							
19	種類	個数	20	種類	個数	21 今月フェア (宮崎)	22	種類	個数	23 ⑨ 後楽園デー	種類	個数		
	ヘルシー	個		ヘルシー	個			ヘルシー	個		ヘルシー	個		
	デラックス	個		デラックス	個			デラックス	個		デラックス	個		
	デラックス大盛	個		デラックス大盛	個			デラックス大盛	個		デラックス大盛	個		
	醤油からあげ	個		塩麴からあげ	個			醤油からあげ	個		醤油からあげ	個		
からあげ大盛	個	からあげ大盛	個	からあげ大盛	個	からあげ大盛	個							
26	種類	個数	27 ★ スペシャル	種類	個数	28	種類	個数	29	種類	個数	30 👑 プレミアム	種類	個数
	ヘルシー	個		ヘルシー	個		ヘルシー	個		ヘルシー	個			
	デラックス	個		デラックス	個		デラックス	個		デラックス	個			
	デラックス大盛	個		デラックス大盛	個		デラックス大盛	個		デラックス大盛	個			
	塩麴からあげ	個		醤油からあげ	個		塩麴からあげ	個		醤油からあげ	個			
からあげ大盛	個	からあげ大盛	個	からあげ大盛	個	からあげ大盛	個							

□ ご注意: 当日ご好評いただきますと、早い時間にて完売することもあります。当日はお電話が大変混み合いますので、なるべく前日までのご注文をお願いいたします。

■ お客様お届け先 ※衛生面には十分配慮いたしておりますが、配達後は冷暗所に保管いただき、当日14:00までにお召し上がりください。

会社名	※会社からのご注文の際は会社名を必ずご記入ください。				
ご担当者様	フリガナ:	お電話番号	FAX番号		
ご住所	〒 -				
備考	(ご要望等ご記入ください。)				

お 弁 当 チ ケ ッ ト 販 売 中

日頃より、お弁当をご愛顧いただき誠にありがとうございます。
皆さまへ、とてもお得で便利なチケットのお知らせです。

チケット	1セット
ヘルシー弁当	10,000 円/21枚綴り
デラックス弁当	12,000 円/21枚綴り

ticket

1セットで1食分プレゼント！！

感謝

★ご注文方法★

【電 話】

お電話でのお弁当注文の際に、一緒にご注文をお願い致します。

【FAX】

FAXでご注文の際には、下記に購入セット数・必要事項をご記入ください。

◆ここがおすすめ◆

- 代金の取りまとめ、代金の受け渡しのお手間がなくなります！
- 1個当りのお値段が断然お得！



ご注意

- ① チケットを紛失された際の再発行は致しかねます。
- ② チケット代金の返金は致しかねます。
- ③ 1枚ごとの販売は致しません。
- ④ 有効期限はございません。
- ⑤ 配達中にお声を掛けていただいても、対応致しかねる場合がございますので、お電話・FAXなどで事前にご注文ください。



ヘルシー弁当チケット 21枚綴り ()セット 【 円】
デラックス弁当チケット 21枚綴り ()セット 【 円】

■お客様お届け先

会社名	※会社からのご注文の際は会社名を必ずご記入ください。				
ご担当者様	フリガナ:	お電話番号	FAX番号		
ご住所	〒 -				
備考	(ご要望等ご記入ください。)				

お問い合わせ: Kitchen後樂園 FAX: 099-213-9844・TEL: 099-213-9833