

※この週のキャンセル、数量・コース・曜日の変更は、**7/18 (水)**までをお願い致します。

国産応援ご膳 (おかずのみ)

冷…このマークが入ったメニューは容器を温める前に取り出して下さい。

<p>7/23 (月)</p>	<p>●黄金カレーの和風あんかけ ○煮物 (小判ひろうず・里芋・蒟蒻・その他) 冷 ○キャベツとカニカマの和え物 ○なすの揚げびたし ○牛柳川風 (国産牛肉使用)</p> <p>エネルギー 420kcal たんぱく質 22.1g 脂質 24.9g 炭水化物 28.4g 塩分 3.1g</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、えび、かに、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>栄養士 おすすめ 7/24 (火)</p>	<p>●ハンバーグのシャンピニオンソース ○洋風おでん ○竹の子きんぴら 冷 ○ベーコンとポテトのサラダ ○豚と白菜の塩炒め (産直豚バラ肉使用)</p> <p>エネルギー 455kcal たんぱく質 22.6g 脂質 28.0g 炭水化物 26.5g 塩分 3.3g</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、かに、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【大豆】</p>
<p>7/25 (水)</p>	<p>●ホッケの青しそ風味焼き ○なすとエリンギの甘辛炒め ○炊き合わせ (いわしつみれ・人参・椎茸) 冷 ○オクラとわかめのサラダ ○鶏唐の黒酢ソース (国産鶏もも肉使用)</p> <p>エネルギー 425kcal たんぱく質 25.1g 脂質 27.6g 炭水化物 26.6g 塩分 2.6g</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、落花生、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>7/26 (木)</p>	<p>●鶏の照焼き&タンドリーチキン (国産鶏もも肉使用) ○ゴーヤチャンプルー ○煮物 (花天・南瓜・ササゲ) 冷 ○人参とセロリのサラダ ○塩麻婆豆腐</p> <p>エネルギー 440kcal たんぱく質 24.0g 脂質 25.2g 炭水化物 23.2g 塩分 2.9g</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>7/27 (金)</p>	<p>●スケソータラの甘酢ソース ○豚肉と白菜のにんにく醤油炒め (産直豚小間肉使用) ○煮物 (彩りとうふサンド・さつま芋) 冷 ○大豆としらすのピリ辛煮 ○鶏肉と小松菜の玉子炒め (国産鶏小間肉使用)</p> <p>エネルギー 414kcal たんぱく質 32.0g 脂質 15.5g 炭水化物 33.1g 塩分 3.5g</p>	<p>【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】</p>

※届きましたら冷蔵庫で保管し、当日午後10時までにお召し上がりください。

- ・献立表は商品のお届け日まで保管をお願いします。(都合によりメニューを変更させて頂く場合がございます。)
- ・アレルギー表示は、【 】内に、卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・大豆について表示しています。
- ・このお弁当は、おいしさを保つ為に急速冷却機にかけていますので、冷たいままお届けしています。召し上がる前にカップに入った冷菜・別添のタレ等は取り出し、電子レンジで約2分温めて下さい。(機種によって温め時間は異なります)
- ・魚介類・肉類・玉子等の食材は温め時間により破裂する恐れがあります。温めの際は、容器のふたを閉めて下さい。
- ・セロリを使用した場合、まれに筋が入っていることがありますが、品質に問題はありません。

お問い合わせ先 (コールセンターにおかけの際は最初に「夕食宅配の件で・・・」とお伝えください。)

東都生協 コールセンター フリーコール **0120-1010-68** 月曜日～金曜日の9時～18時30分
フリーダイヤル圏外 **042-480-7222** (通話料有料)