

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**9/12 (水)**までをお願い致します。

おかず (おかずのみ) コース

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>9/17 (月)</p>	 <p>敬老の日の為、お届けはお休みさせていただきます。</p>		
<p>9/18 (火)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●アジのごま照り焼き ○ペネトマトソース 冷 ○お豆の金ごまサラダ ○切干大根のバターソテー 冷 ○ほうれん草のお浸し <p>エネルギー 390kcal たんぱく質 19.3g 脂質 23.2g 炭水化物 27.4g 塩分 2.5g</p>	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 	
<p>栄養士おすすめ 9/19 (水)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●厚揚げ肉豆腐 ○かにと野菜の包み蒸し ○アスパラと貝柱の塩だれ炒め ○小松菜のじゃこそぼろ 冷 ○きゅうりのザーサイ和え <p>エネルギー 379kcal たんぱく質 15.0g 脂質 24.9g 炭水化物 21.2g 塩分 2.6g</p>	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、えび、かに、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 	
<p>9/20 (木)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●カレーと野菜の黒酢ソース ○大根のそぼろあん ○ひじきの炒り煮 冷 ○4種野菜の梅ナムル ○白滝の甘辛煮 <p>エネルギー 378kcal たんぱく質 13.2g 脂質 21.4g 炭水化物 32.7g 塩分 2.6g</p>	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 	
<p>9/21 (金)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●豚肉のプルコギ風炒め ○かにクリームコロッケ 冷 ○キャベツと人参の粒マスタードサラダ ○小エビとふきの山椒きんぴら 冷 ○さつま芋サラダ <p>エネルギー 408kcal たんぱく質 16.8g 脂質 24.9g 炭水化物 27.4g 塩分 2.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、えび、かに、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 	

※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)