

※この週のキャンセル、数量・コース・曜日の変更は、**5/15 (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>5/20 (月)</p>	<p>●豚肉のすき煮 (産直豚バラ肉使用) ○カレーコロッケ 冷 ○インゲンのごま和え ○卵の花 ○ナポリタン</p> <p>エネルギー 438kcal たんぱく質 15.1g 脂質 21.8g 炭水化物 43.1g 塩分 2.9g</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>栄養士 おすすめ 5/21 (火)</p>	<p>●天ぷら盛り合わせ ○肉じゃが (産直豚小間肉使用) ○小松菜としめじのソテー 冷 ○ゆず大根 ○鶏の油淋鶏ソースかけ (国産鶏もも肉使用)</p> <p>エネルギー 397kcal たんぱく質 19.9g 脂質 19.7g 炭水化物 32.0g 塩分 3.0g</p>	<p>【小麦、えび、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【 】 【小麦、大豆】</p>
<p>5/22 (水)</p>	<p>●デミソースハンバーグ ○青菜とたけのこの玉子炒め 冷 ○キャベツとコーンのサラダ ○こんにゃくと油揚げの炒り煮 ○豚肉のキムチ炒め (産直豚バラ肉使用)</p> <p>エネルギー 453kcal たんぱく質 19.7g 脂質 26.2g 炭水化物 32.4g 塩分 3.0g</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、かに、大豆】</p>
<p>5/23 (木)</p>	<p>●ホッケの照焼き ○かぼちゃと厚揚げのそぼろあん ○ほうれん草と人参の煮浸し 冷 ○きゅうりと蒸し鶏のサラダ ○牛肉のプルコギ風 (国産牛切落とし肉使用)</p> <p>エネルギー 399kcal たんぱく質 26.0g 脂質 15.3g 炭水化物 36.6g 塩分 3.0g</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】 【小麦、大豆】</p>
<p>5/24 (金)</p>	<p>●青椒肉絲風 (国産牛バラ肉使用) ○本格麻婆豆腐 (国産豚挽肉使用) 冷 ○大根の梅和え ○大豆としらすのピリ辛煮 ○ニラ饅頭</p> <p>エネルギー 438kcal たんぱく質 20.3g 脂質 28.0g 炭水化物 24.9g 塩分 3.0g</p>	<p>【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【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)