

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**3/4 (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>3/9 (月)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●本格麻婆豆腐 (国産豚ひき肉使用)</li> <li>○ベイクドポテト</li> <li>○大根の貝柱あん</li> <li>冷 ○オクラとイカの梅和え</li> <li>○キャベツのザーサイ炒め (国産鶏小間肉使用)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>【小麦、大豆】</li> <li>【卵、乳、小麦、大豆】</li> <li>【卵、乳、小麦、大豆】</li> <li>【小麦、大豆】</li> <li>【小麦、大豆】</li> </ul>
<p>エネルギー 395kcal たんぱく質 18.6g 脂質 22.3g 炭水化物 28.8g 塩分 3.3g</p>		
<p>栄養士 おすすめ 3/10 (火)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●金目鯛の煮付け</li> <li>○野菜たっぷりスープ餃子</li> <li>○ほうれん草と白滝の煮浸し</li> <li>冷 ○ポテトサラダ</li> <li>○豚肉と玉ねぎのピリ辛味噌炒め (産直豚バラ肉使用)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>【乳、小麦、大豆】</li> <li>【小麦、大豆】</li> <li>【乳、小麦、大豆】</li> <li>【卵、小麦、大豆】</li> <li>【乳、小麦、大豆、落花生】</li> </ul>
<p>エネルギー 418kcal たんぱく質 20.1g 脂質 22.7g 炭水化物 29.8g 塩分 3.0g</p>		
<p>3/11 (水)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●鶏の唐揚げ (国産鶏もも肉使用)</li> <li>○ポトフ (ブロッコリー・ウィンナー・その他)</li> <li>○4種きのこの和風醤油炒め</li> <li>冷 ○セロリのおかか和え</li> <li>○えびとほうれん草の煮浸し</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>【卵、乳、小麦、大豆】</li> <li>【乳、小麦、大豆】</li> <li>【乳、小麦、大豆】</li> <li>【乳、小麦、大豆】</li> <li>【乳、小麦、大豆、えび】</li> </ul>
<p>エネルギー 398kcal たんぱく質 23.5g 脂質 22.0g 炭水化物 25.2g 塩分 2.8g</p>		
<p>3/12 (木)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●海鮮中華旨煮 (産直豚小間肉使用)</li> <li>○なすとエリンギの甘辛炒め</li> <li>○大根と厚揚げのそぼろあん (国産豚ひき肉使用)</li> <li>冷 ○きゅうりとセロリのマヨサラダ</li> <li>○クリームコロッケ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>【小麦、大豆、えび】</li> <li>【乳、小麦、大豆】</li> <li>【乳、小麦、大豆】</li> <li>【卵、小麦、大豆】</li> <li>【卵、乳、小麦、大豆、えび、かに】</li> </ul>
<p>エネルギー 404kcal たんぱく質 16.5g 脂質 21.4g 炭水化物 36.2g 塩分 2.7g</p>		
<p>3/13 (金)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●牛肉と竹の子の玉子炒め (国産牛切落とし肉使用)</li> <li>○煮物 (豆腐サンド・さつま芋・その他)</li> <li>○小松菜のザーサイ炒め</li> <li>冷 ○オクラのなめ茸和え</li> <li>○高菜入り饅頭</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>【卵、小麦、大豆】</li> <li>【乳、小麦、大豆】</li> <li>【小麦、大豆】</li> <li>【小麦、大豆】</li> <li>【小麦、大豆】</li> </ul>
<p>エネルギー 414kcal たんぱく質 18.0g 脂質 23.3g 炭水化物 30.3g 塩分 2.9g</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)