

※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>	<p>●本格麻婆豆腐 (国産豚ひき肉使用) ○ベイクドポテト ○大根の貝柱あん 冷 ○オクラとイカの梅和え ○キャベツのザーサイ炒め (国産鶏小間肉使用)</p>	<p>【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>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>	<p>●金目鯛の煮付け ○野菜たっぷりスープ餃子 ○ほうれん草と白滝の煮浸し 冷 ○ポテトサラダ ○豚肉と玉ねぎのピリ辛味噌炒め (産直豚バラ肉使用)</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆、落花生】</p>
<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>	<p>●鶏の唐揚げ (国産鶏もも肉使用) ○ポトフ (ブロッコリー・ウィンナー・その他) ○4種きのこの和風醤油炒め 冷 ○セロリのおかか和え ○えびとほうれん草の煮浸し</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆、えび】</p>
<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>	<p>●海鮮中華旨煮 (産直豚小間肉使用) ○なすとエリンギの甘辛炒め ○大根と厚揚げのそぼろあん (国産豚ひき肉使用) 冷 ○きゅうりとセロリのマヨサラダ ○クリームコロッケ</p>	<p>【小麦、大豆、えび】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆、えび、かに】</p>
<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>	<p>●牛肉と竹の子の玉子炒め (国産牛切落とし肉使用) ○煮物 (豆腐サンド・さつま芋・その他) ○小松菜のザーサイ炒め 冷 ○オクラのなめ茸和え ○高菜入り饅頭</p>	<p>【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<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)