

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**10/21 (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>10/26 (月)</p>	<p>●鶏の唐揚げ 油淋鶏ソース (国産鶏もも肉使用) ○関東炊き (肉団子・大根・昆布・蒟蒻) ○ジャーマンポテト 冷 ○白菜ときゅうりのゆずサラダ ○えびとほうれん草の煮浸し</p>	<p>【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆、えび】</p>
<p>エネルギー 407kcal たんぱく質 20.3g 脂質 21.8g 炭水化物 30.0g 塩分 3.4g</p>		
<p>栄養士 おすすめ 10/27 (火)</p>	<p>●サバ味噌 ○もやしとピーマンのチャンプルー ○炊き合わせ (南瓜・白滝・ササゲ) 冷 ○セロリのおかか和え ○鶏のレモンペッパー焼き (国産鶏もも肉使用)</p>	<p>【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、大豆】</p>
<p>エネルギー 461kcal たんぱく質 21.4g 脂質 27.7g 炭水化物 27.2g 塩分 2.8g</p>		
<p>10/28 (水)</p>	<p>●豆腐ハンバーグきのこあん ○南瓜グラタン風 (国産鶏小間肉使用) ○キャベツソテー 冷 ○ひじきのサラダ ○豚肉のねぎ塩炒め (国産豚ロース肉使用)</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 461kcal たんぱく質 21.2g 脂質 23.8g 炭水化物 40.6g 塩分 3.1g</p>		
<p>10/29 (木)</p>	<p>●ホッケの塩麴焼き ○豚肉と白菜の味噌鍋風 (国産豚ロース肉使用) ○ペネトマトソース 冷 ○春雨サラダ ○大学いも</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 430kcal たんぱく質 20.4g 脂質 21.3g 炭水化物 37.8g 塩分 2.7g</p>		
<p>10/30 (金)</p>	<p>●牛肉のデミグラスソース (国産牛バラ肉使用) ○大根とお豆腐揚げのかにかまあんかけ ○チンゲン菜とソーセージのソテー 冷 ○大根とオクラの塩昆布和え ○カマンベール入りチーズチキンカツ</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆、かに】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 427kcal たんぱく質 14.4g 脂質 27.7g 炭水化物 28.2g 塩分 3.1g</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)