

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、1/20 (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>栄養士 おすすめ</p> <p>1/25 (月)</p>	<p>●銀鮭の塩焼き ○白菜の和風炒め (国産鶏もも肉使用) ○南瓜とウインナーのチーズソース 冷 ○ほうれん草のピーナッツ和え ○極旨ヒレカツ</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆、落花生】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 420kcal たんぱく質 25.2g 脂質 22.6g 炭水化物 28.2g 塩分 2.7g</p>		
<p>1/26 (火)</p>	<p>●牛肉と根菜のスタミナ炒め (国産牛バラ肉使用) ○煮物 (さつま揚げ・大根・南瓜・エンドウ豆) ○ペンネビスクソース 冷 ○きゅうりとわかめの中華サラダ ○カレーコロッケ</p>	<p>【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆、えび、かに】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 457kcal たんぱく質 13.1g 脂質 26.5g 炭水化物 38.1g 塩分 2.7g</p>		
<p>1/27 (水)</p>	<p>●スケソータラの野菜蒸し ○肉じゃが (産直豚小間肉使用) ○キャベツとベーコンのソテー 冷 ○お豆の胡麻サラダ ○揚げ餃子</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 441kcal たんぱく質 26.1g 脂質 17.5g 炭水化物 41.9g 塩分 3.2g</p>		
<p>1/28 (木)</p>	<p>●とり天 青紫蘇風味 (国産鶏もも肉使用) ○白菜とさつま揚げの和風炒め ○煮物 (五目しんじょ・さつま芋・椎茸) 冷 ○春雨のフレンチサラダ ○大根の味噌そぼろあん</p>	<p>【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 424kcal たんぱく質 20.3g 脂質 22.3g 炭水化物 32.0g 塩分 3.3g</p>		
<p>1/29 (金)</p>	<p>●金目鯛の煮付け ○イカと鶏肉の中華炒め (国産鶏もも肉使用) ○ふきと人参の炒り煮 冷 ○紫キャベツのゆずサラダ ○豚角煮</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 411kcal たんぱく質 28.6g 脂質 19.7g 炭水化物 27.8g 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)