







※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**4/28 (水)**までをお願い致します。

おかず (おかずのみ) コース

...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。

5/3 (月)	憲法記念日のため、お届けはお休みさせていただきます。		
5/4 (火)	みどりの日のため、お届けはお休みさせていただきます。		
5/5 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ●サバとれんこんのゆずこしょう南蛮 ○鶏とキャベツの焼肉炒め ○オムレツ  ○大根サラダ ○マルでチーズ 	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、落花生】 【卵、乳、小麦、大豆】 	<p>エネルギー 458kcal たんぱく質 16.8g 脂質 30.1g 炭水化物 27.0g 塩分 2.6g</p>
5/6 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ●鶏の唐揚げ ○かぼちゃとベーコンの和風煮  ○キャベツのごま和え ○高野豆腐のあっさり煮  ○ごま昆布 	<ul style="list-style-type: none"> 【卵、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>エネルギー 458kcal たんぱく質 20.6g 脂質 27.3g 炭水化物 28.9g 塩分 3.1g</p>
 5/7 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ●メバルの西京焼き ○肉団子とかぶのさっぱりあんかけ ○豚肉と白菜のソテー ○里芋のそぼろあん  ○煮豆 	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【 	<p>エネルギー 421kcal たんぱく質 24.1g 脂質 20.0g 炭水化物 34.8g 塩分 2.7g</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)