

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**7/28 (水)**までにお問い合わせ致します。

国産応援ご膳 (おかずのみ)

...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>8/2 (月)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●金目鯛の煮付け 【乳、小麦、大豆】 ○白菜の和風炒め (国産鶏もも肉使用) 【乳、小麦、大豆】 ○ふきと五目しんじょの煮物 【乳、小麦、大豆】  ○きゅうりと大根の浅漬け 【小麦、大豆】 ○豚肉のすき煮 (産直豚バラ肉使用) 【乳、小麦、大豆】 <p style="text-align: center;">エネルギー 394kcal たんぱく質 21.3g 脂質 22.2g 炭水化物 24.6g 塩分 2.8g</p>
<p>8/3 (火)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●鶏の油淋鶏ソースかけ (国産鶏もも肉使用) 【小麦、大豆】 ○コンソメ煮 (カリフラワー・さつまいも・その他) 【乳、小麦、大豆】 ○青菜のさっと煮 【乳、小麦、大豆】  ○きゅうりとくらげの中華和え 【小麦、大豆】 ○ペペロンチーノ風パスタ 【乳、小麦、大豆】 <p style="text-align: center;">エネルギー 383kcal たんぱく質 20.2g 脂質 18.0g 炭水化物 33.6g 塩分 3.2g</p>
<p>8/4 (水)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●白身魚 (ホキ) のきのこあんかけ 【乳、小麦、大豆】 ○イカと鶏肉の中華炒め (国産鶏もも肉使用) 【小麦、大豆】 ○煮物 (大根・花がんと・ささげ) 【乳、小麦、大豆】  ○ほうれん草のピーナッツ和え 【小麦、大豆、落花生】 ○ハッシュドビーフ (国産牛切落とし肉使用) 【乳、小麦、大豆】 <p style="text-align: center;">エネルギー 415kcal たんぱく質 26.8g 脂質 21.8g 炭水化物 25.7g 塩分 2.9g</p>
<p>8/5 (木)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●牛肉と竹の子の玉子炒め 【卵、小麦、大豆】 ○煮物 (豆腐サンド・南瓜・椎茸・その他) 【乳、小麦、大豆】 ○小松菜のザーサイ炒め 【乳、小麦、大豆】  ○オクラとセロリのおかか和え 【乳、小麦、大豆】 ○シューマイ 【卵、小麦、大豆、えび、かに】 <p style="text-align: center;">エネルギー 449kcal たんぱく質 16.7g 脂質 29.0g 炭水化物 26.8g 塩分 2.6g</p>
<p>8/6 (金)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●まだらの香草パン粉焼きトマトソース 【乳、小麦、大豆】 ○野菜たっぷりスープ餃子 【小麦、大豆】 ○さつまいもと豚肉の照り煮 (産直豚小間肉使用) 【乳、小麦、大豆】  ○きゅうりとわかめのごま醤油サラダ 【小麦、大豆】 ○かにクリームコロッケ 【乳、小麦、大豆、えび、かに】 <p style="text-align: center;">エネルギー 403kcal たんぱく質 24.2g 脂質 15.0g 炭水化物 41.6g 塩分 3.5g</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)