

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**8/4 (水)**までをお願い致します。

## 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>8/9 (月)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 棒棒鶏風ごまみそどり (国産鶏もも肉使用) 【乳、小麦、大豆、落花生】</li> <li>○ チリコンカン (国産豚ひき肉使用) 【乳、小麦、大豆】</li> <li> ○ オクラと大根の和え物 【卵、小麦、大豆、落花生】</li> <li>○ 里芋とえびのガーリック炒め 【小麦、大豆、えび】</li> <li>○ えびとほうれん草の煮浸し 【乳、小麦、大豆、えび】</li> </ul> <p style="text-align: center;">エネルギー 462kcal    たんぱく質 25.7g    脂質 28.6g    炭水化物 22.5g    塩分 2.3g</p>
<p> 栄養士 おすすめ 8/10 (火)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 赤魚 (メヌケ) の和風ゆずおろし 【乳、小麦、大豆】</li> <li>○ 天ぷら (竹輪・さつま芋・オクラ) 【小麦、大豆】</li> <li> ○ ほうれん草と人参のお浸し 【乳、小麦、大豆】</li> <li>○ なすのピリ辛だれ 【小麦、大豆】</li> <li>○ 牛肉と玉ねぎのねぎ塩炒め (国産牛バラ肉使用) 【乳、小麦、大豆】</li> </ul> <p style="text-align: center;">エネルギー 462kcal    たんぱく質 21.1g    脂質 25.9g    炭水化物 34.5g    塩分 3.5g</p>
<p>8/11 (水)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 豚肉と玉ねぎの生姜炒め (産直豚バラ肉使用) 【小麦、大豆】</li> <li>○ 豆腐と野菜の揚げびたし 【乳、小麦、大豆】</li> <li>○ 人参の玉子炒め 【卵、乳、小麦、大豆】</li> <li> ○ 紫キャベツのサラダ 【卵、小麦、大豆】</li> <li>○ 大根の味噌そぼろあん (国産豚ひき肉使用) 【乳、小麦、大豆】</li> </ul> <p style="text-align: center;">エネルギー 415kcal    たんぱく質 13.1g    脂質 28.2g    炭水化物 24.0g    塩分 2.2g</p>
<p>8/12 (木)</p>	<p style="text-align: center;">夏季休暇の為、お届けはお休みさせていただきます。</p>
<p>8/13 (金)</p>	<p style="text-align: center;">夏季休暇の為、お届けはお休みさせていただきます。</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)