

※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)

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>8/16 (月)</p>	<p>●海鮮中華旨煮 (産直豚小間肉使用) ○黒豚焼売 ○青菜のさっと煮 冷 ○わかめときゅうりの中華サラダ ○鶏肉のサルサソース (国産鶏もも肉使用)</p>	<p>【小麦、大豆、えび】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、かに】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 389kcal たんぱく質 26.4g 脂質 19.6g 炭水化物 25.2g 塩分 3.4g</p>		
<p>8/17 (火)</p>	<p>●牛肉と玉ねぎのスタミナ炒め (国産牛バラ肉使用) ○ウィンナーと野菜のアヒージョ 冷 ○白菜とツナのサウザンサラダ ○大豆煮 ○エビカツ</p>	<p>【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、えび】</p>
<p>エネルギー 453kcal たんぱく質 17.6g 脂質 29.1g 炭水化物 29.6g 塩分 2.3g</p>		
<p>栄養士 おすすめ 8/18 (水)</p>	<p>●金華サバの塩焼き ○煮物 (五目真丈・大根・南瓜・エンドウ豆) ○ほうれん草とベーコンのソテー 冷 ○ゆず大根 ○豚肉のすき煮 (国産豚ロース肉使用)</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆、えび、かに】 【乳、小麦、大豆】 【乳、大豆】 【 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 459kcal たんぱく質 21.2g 脂質 26.9g 炭水化物 31.0g 塩分 2.2g</p>		
<p>8/19 (木)</p>	<p>●夏野菜のチキンカレー (国産鶏もも肉使用) ○キャベツの中華スープ煮 ○煮物 (花がんも・大根) 冷 ○オクラとイカのさっぱり和え ○揚げ餃子</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 461kcal たんぱく質 20.4g 脂質 27.1g 炭水化物 29.5g 塩分 3.1g</p>		
<p>8/20 (金)</p>	<p>●サワラのレモンペッパー焼き ○白菜と豚肉のキムチ炒め (産直豚小間肉使用) ○ペネトマトソース 冷 ○キャベツの塩昆布和え ○鶏の照焼きゆず胡椒風味 (国産鶏もも肉使用)</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆、かに】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 461kcal たんぱく質 29.2g 脂質 27.1g 炭水化物 21.3g 塩分 3.3g</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)