

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**5/18 (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)

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。

5/23 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ●牛肉と竹の子の玉子炒め (国産牛バラ肉使用) ○野菜たっぷりチゲ (産直豚小間肉使用) ○ふきと五目しんじょの煮物 冷 ○きゅうりとくらげの中華和え ○大学いも 	<ul style="list-style-type: none"> 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆、かに】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】
エネルギー 446kcal たんぱく質 15.4g 脂質 25.7g 炭水化物 42.1g 塩分 2.4g		
栄養士 おすすめ 5/24 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ●海老チリ ○豆腐と野菜の揚げびたし 冷 ○白菜と大根葉のごま和え ○大豆煮 ○鶏の照焼き ゆず胡椒風味 (国産鶏もも肉使用) 	<ul style="list-style-type: none"> 【卵、乳、小麦、大豆、えび】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】
エネルギー 448kcal たんぱく質 33.5g 脂質 19.6g 炭水化物 32.0g 塩分 2.6g		
5/25 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ●チキンカレー (国産鶏小間肉使用) ○白菜のスープ煮 ○彩り野菜のおろしソース 冷 ○マカロニサラダ ○シューマイ 	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、えび、かに】
エネルギー 381kcal たんぱく質 15.8g 脂質 20.8g 炭水化物 33.2g 塩分 2.9g		
5/26 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ●白身魚 (ホキ) のごま西京焼き ○牛肉ときのこの甘辛炒め (国産牛切落とし肉使用) ○さつま芋と豚肉の照り煮 (産直豚小間肉使用) 冷 ○ほうれん草と蒸し鶏の韓国風サラダ ○キャベツとベーコンのチャンプルー 	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、大豆】
エネルギー 457kcal たんぱく質 25.8g 脂質 24.9g 炭水化物 34.6g 塩分 3.1g		
5/27 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ●豚とじゃが芋のオイスター炒め (国産豚ロース肉使用) ○炊き合わせ (絹ごし揚げ・大根・小松菜・椎茸) ○ブロッコリーと海老の塩炒め 冷 ○オニオンサラダ ○昆布煮 	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆、えび】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
エネルギー 420kcal たんぱく質 24.5g 脂質 20.2g 炭水化物 36.1g 塩分 3.2g		

※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)