

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**4/17 (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。

<p>4/22 (月)</p>	<p>●チーズハンバーグブラウンソース ○煮物（えびしんじょ・大根・蓮根・その他） ○竹の子のザーサイ炒め 冷○人参とセロリのサラダ ○豚肉と菜の花の玉子炒め（国産豚ロース肉使用）</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆、えび】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 461kcal たんぱく質 21.5g 脂質 22.7g 炭水化物 42.8g 塩分 3.4g</p>		
<p>4/23 (火)</p>	<p>●ホッケのごま照り焼き ○温野菜サラダ ○肉野菜炒め（国産鶏もも肉使用） 冷○お豆のフレンチサラダ ○豚肉のすき煮（産直豚小間肉使用）</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 409kcal たんぱく質 25.3g 脂質 22.9g 炭水化物 26.3g 塩分 2.1g</p>		
<p>4/24 (水)</p>	<p>●豚肉のチャプチェ風（国産豚ロース肉使用） ○オムレツのかにあんかけ 冷○大根とじゃこの梅和え ○彩り大豆煮 ○肉焼売</p>	<p>【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆、かに】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、えび、かに】</p>
<p>エネルギー 401kcal たんぱく質 22.3g 脂質 19.7g 炭水化物 33.0g 塩分 2.7g</p>		
<p>栄養士 おすすめ 4/25 (木)</p>	<p>●天ぷら盛合わせ（穴子・えび・かぼちゃ・ひめたけ） ○チキンのガリバタ焼き（国産鶏もも肉使用） 冷○ほうれん草のピーナッツ和え ○きのこのしぐれ煮 ○豆腐ハンバーグ和風おろしソース</p>	<p>【小麦、大豆、えび】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆、落花生】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 409kcal たんぱく質 18.4g 脂質 24.0g 炭水化物 32.3g 塩分 3.5g</p>		
<p>4/26 (金)</p>	<p>●本格麻婆豆腐（国産豚ひき肉使用） ○野菜たっぷり白湯スープ餃子 冷○オクラと大根の浅漬け ○かぼちゃと椎茸の煮物 ○鶏のハニーマスタード焼き（国産鶏もも肉使用）</p>	<p>【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 391kcal たんぱく質 19.3g 脂質 21.6g 炭水化物 33.2g 塩分 2.8g</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）