


※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**4/24(水)**

おかず (おかずのみ) コース

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。

5/6 (月)	振替休日のため、本日はお休みさせていただきます。		
5/7 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ●サンマ竜田のおろし和え ○肉団子とかぶのさっぱりあんかけ ○豚肉と白菜のソテー ○里芋のそぼろあん ○人参のきんぴら 	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 	<p>エネルギー 411kcal たんぱく質 16.4g 脂質 23.2g 炭水化物 31.9g 塩分 2.5g</p>
 5/8 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ●牛肉のしぐれ煮 ○枝豆人参しょうが揚げの煮物 冷 ○キャベツのかにかまのサラダ ○イカとチンゲン菜のソテー 冷 ○大根と梅風味和え 	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、かに】 【大豆】 【卵】 	<p>エネルギー 399kcal たんぱく質 15.9g 脂質 22.5g 炭水化物 30.3g 塩分 2.9g</p>
5/9 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ●アジの和風エスカベッシュ ○鶏肉とじゃが芋のピリ辛煮 ○ナポリタン 冷 ○大根サラダ 冷 ○煮豆 	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、落花生】 【 	<p>エネルギー 390kcal たんぱく質 19.5g 脂質 18.1g 炭水化物 34.7g 塩分 2.3g</p>
5/10 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ●ハニーレモンチキン&コロッケ ○豚肉と白菜のオイスター炒め ○炊き合わせ (がんも・大根・ささげ) 冷 ○きゅうりともやしの中華サラダ 冷 ○佃煮 	<ul style="list-style-type: none"> 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、かに】 【小麦、大豆】 	<p>エネルギー 374kcal たんぱく質 18.7g 脂質 19.9g 炭水化物 30.1g 塩分 3.0g</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。品質に問題はございません。

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)