

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**5/8 (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>5/13 (月)</p>	<p>●豚肉のすき煮 (国産豚ロース肉使用) ○キーマカレーコロケ <b>冷</b> ○インゲンのごま和え ○ひじき煮 ○ナポリタン</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 440kcal    たんぱく質 21.4g    脂質 18.8g    炭水化物 46.9g    塩分 2.7g</p>		
<p><b>栄養士 おすすめ</b> 5/14 (火)</p>	<p>●天ぷら盛り合わせ ○肉じゃが (産直豚小間肉使用) ○小松菜としめじのソテー <b>冷</b> ○オクラと大根の浅漬け ○鶏の油淋鶏ソースかけ (国産鶏もも肉使用)</p>	<p>【小麦、大豆、えび】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 378kcal    たんぱく質 19.1g    脂質 18.1g    炭水化物 35.3g    塩分 3.1g</p>		
<p>5/15 (水)</p>	<p>●デミソースハンバーグ ○青菜と竹の子の玉子炒め <b>冷</b> ○キャベツとコーンのサラダ ○こんにゃくと油揚げの炒り煮 ○豚肉のキムチ炒め (産直豚小間肉使用)</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆、かに】</p>
<p>エネルギー 397kcal    たんぱく質 21.8g    脂質 19.1g    炭水化物 35.0g    塩分 3.2g</p>		
<p>5/16 (木)</p>	<p>●ホッケの照り焼き ○かぼちゃと厚揚げのそばろあん (国産鶏ももひき肉使用) ○ほうれん草と人参の煮浸し <b>冷</b> ○きゅうりと蒸し鶏のサラダ ○豚肉のプルコギ風 (産直豚小間肉使用)</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 392kcal    たんぱく質 25.1g    脂質 15.9g    炭水化物 37.3g    塩分 2.9g</p>		
<p>5/17 (金)</p>	<p>●豚肉の青椒肉絲風 (国産豚ロース肉使用) ○本格麻婆豆腐 (国産鶏ももひき肉使用) <b>冷</b> ○大根の梅和え ○大豆としらすのピリ辛煮 ○揚げ餃子</p>	<p>【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 388kcal    たんぱく質 24.1g    脂質 22.0g    炭水化物 25.3g    塩分 2.1g</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)