

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**12/18 (水)**までをお願い致します。

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。

12/23 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ●まぐろかつ&かぼちゃコロッセ ○麻婆茄子 ○さつま芋のガリバタ炒め 冷 ○白菜ときゅうりのさっぱり和え 冷 ○切干大根の塩麴和え 	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【】
エネルギー 373kcal たんぱく質 11.8g 脂質 17.4g 炭水化物 42.7g 塩分 1.7g		
12/24 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ●チーズハンバーグデミグラスソース ○じゃが芋とベーコンのソテー ○グラタン 冷 ○大根と人参のサラダ ○ポムデュセス 	<ul style="list-style-type: none"> 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆、えび】 【卵、小麦、大豆、落花生】 【乳】
エネルギー 391kcal たんぱく質 16.4g 脂質 21.1g 炭水化物 34.6g 塩分 3.0g		
12/25 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ●さわらのトマトソースかけ ○ブロッコリーのスパゲティ ○チーズ入りチキンカツ ○オムレツ ○ミックスベジタブルソテー 	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、大豆】 【乳】
エネルギー 364kcal たんぱく質 20.4g 脂質 16.5g 炭水化物 32.1g 塩分 2.3g		
12/26 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ●タンドリーチキン&照り焼きチキン ○塩こうじ肉じゃが 冷 ○お豆のサラダ ○水餃子 冷 ○キャロットサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】
エネルギー 435kcal たんぱく質 22.8g 脂質 26.0g 炭水化物 28.3g 塩分 2.7g		
12/27 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ●サバ味噌煮 ○鶏だんごとキャベツの煮物 冷 ○白和え ○きのこソテー 冷 ○梅きゅうり 	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】
エネルギー 410kcal たんぱく質 16.9g 脂質 23.8g 炭水化物 32.1g 塩分 3.3g		

※届きましたら冷蔵庫で保管し、当日午後10時までにお召上がりください。

- ・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

0120-1010-68 (通話料無料)

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)