

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**3/12（水）**までにお願い致します。

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。

3/17 (月)	●豚肉とキャベツのねぎ塩炒め（国産豚ロース肉使用） ○白身魚（助惣鱈）の甘酢あんかけ 冷 ○大根の野沢菜和え ○厚焼玉子 ○青じそとエリンギのパスタ	【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
	エネルギー 444kcal たんぱく質 22.4g 脂質 21.2g 炭水化物 42.6 g 塩分 3.0g	
3/18 (火)	●鮭の塩麹焼き ○れんこんとさつま揚げの甘辛炒め ○かぼちゃの炊き合わせ 冷 ○小松菜の白和え ○鶏の唐揚げ（国産鶏もも肉使用）	【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】
	エネルギー 380kcal たんぱく質 26.7g 脂質 15.5g 炭水化物 33.3 g 塩分 2.7g	
3/19 (水)	●ガリバタチキン（国産鶏もも肉使用） ○キャベツと帆立の中華炒め 冷 ○大根の浅漬け ○彩り大豆煮（産直豚小間肉使用） ○野菜コロッケ	【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
	エネルギー 452kcal たんぱく質 24.0g 脂質 24.5g 炭水化物 36.4 g 塩分 2.9g	
3/20 (木)	春分の日の為、お届けはお休みさせていただきます。	
3/21 (金)	●アジのごま照り焼き ○白菜のスープ煮 ○つみれと里芋の煮物 冷 ○菜の花のザーサイ和え ○牛肉の甘辛煮（国産牛バラ肉使用）	【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
	エネルギー 418kcal たんぱく質 25.2g 脂質 21.8g 炭水化物 27.8 g 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ことがあります。）
- ・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)