

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**4/23 (水)**までをお願い致します。

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。

4/28 (月)	●海老カツ ○五目しんじょの炊き合わせ ○ほうれん草とベーコンのソテー 冷 ○白菜のおかか和え ○豚肉とごぼうの時雨煮（産直豚バラ肉使用）	【乳、小麦、大豆、えび】 【乳、小麦、大豆】 【乳、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】	エネルギー 399kcal たんぱく質 15.2g 脂質22.7g 炭水化物 34.9g 塩分 3.0g
4/29 (火)	祝日(昭和の日)の為、配達はお休みさせていただきます。		
栄登士 おすすめ 4/30 (水)	●ガーリックオニオンソースのチキンソテー（国産鶏もも肉使用） ○キャベツと帆立の中華炒め ○4種きのこの和風醤油炒め 冷 ○オクラとかにかまの浅漬け ○さつま芋となすの天ぷら	【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、かに】 【小麦、大豆】	エネルギー 383kcal たんぱく質 20.0g 脂質19.6g 炭水化物 35.7g 塩分 2.6g
5/1 (木)	●サバの塩焼き ○白菜と鶏肉の旨塩炒め（国産鶏もも肉使用） 冷 ○紫キャベツのマリネ ○花がんと小松菜の煮物 ○豚にら玉のキムチ炒め（産直豚小間肉使用）	【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、えび】	エネルギー435kcal たんぱく質 24.3g 脂質 27.7g 炭水化物 20.3g 塩分 2.7g
5/2 (金)	●プルコギ風スタミナ炒め（国産豚ロース肉使用） ○かき揚げ ○ポテトとソーセージのマスタード炒め 冷 ○白菜としらすのお浸し ○黒豚焼売	【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】	エネルギー426kcal たんぱく質18.9g 脂質 25.6g 炭水化物 31.1g 塩分 2.3g

※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

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）