

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**6/18 (水)**までをお願い致します。

お弁当（ごはん付き）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。

6/23 (月)	●ポークカレー ○千草玉子焼き甘酢あん ○うの花 冷 ○韓国風サラダ 冷 ○ほうれん草のごま和え ○ターメリックライス（産直金芽米使用）	【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、かに】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
栄養士 おすすめ 6/24 (火)	●天ぷら盛り合わせ ○じゃが芋のそぼろあんかけ ○ビーフン炒め 冷 ○白菜とかにカマのサラダ 冷 ○セロリのしそ和え ○ご飯（産直金芽米使用）	【小麦、大豆、えび】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、かに】 【小麦、大豆】 【】
6/25 (水)	●鶏肉のトマト煮込み ○小松菜と高野豆腐の煮浸し ○がんもとかぼちゃの煮物 冷 ○キャベツの塩昆布和え 冷 ○きゅうりの梅肉和え ○ご飯（産直金芽米使用）	【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆、えび】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【】 【】
6/26 (木)	●赤魚（メヌケ）の煮付け ○豚肉とキャベツのにんにく醤油炒め ○やわらかつみれと椎茸の煮物 冷 ○ポテトサラダ 冷 ○ワカメのさっと煮 ○ご飯（産直金芽米使用）	【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【】
6/27 (金)	●肉団子と野菜の黒酢あんかけ ○さつま揚げとキャベツのおかか炒め ○厚焼玉子 冷 ○長芋とオクラのなめ茸和え 冷 ○きゅうりのナムル ○ご飯（産直金芽米使用）	【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【】

※届きましたら冷蔵庫で保管し、当日午後10時までに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・くるみ・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）