

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**8/6 (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。

8/18 (月)	●ハンバーグトマトガーリックソース ○白菜の和風炒め(国産鶏もも肉使用) 冷 ○オクラと大根の浅漬け ○大豆煮 ○まぐろカツ	【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】
エネルギー 403kcal たんぱく質23.6g 脂質 17.4g 炭水化物38.6g 塩分2.5g		
8/19 (火)	●天ぷら盛り合わせ ○麻婆なす(国産豚ひき肉使用) ○れんこんとワカメの煮物 冷 ○ゆず大根 ○かに風味焼売	【小麦、大豆、えび】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、えび、かに】
エネルギー 423kcal たんぱく質14.3g 脂質 25.9g 炭水化物34.6g 塩分2.9g		
栄養士 おすすめ 8/20 (水)	●さっぱり豚しゃぶ(国産豚ロース肉使用) ○クリーミーコーンコロケ ○アスパラとイカのソテー 冷 ○野菜のピクルス ○鶏の照焼きゆず胡椒風味(国産鶏もも肉使用)	【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】
エネルギー409kcal たんぱく質25.2g 脂質23.5g 炭水化物25.0g 塩分 2.1g		
8/21 (木)	●さばのタンドリー焼き ○さつま芋と五目しんじょの煮物 冷 ○きゅうりと大根の梅和え ○厚焼玉子 ○小松菜と鶏肉の煮浸し(国産鶏もも肉使用)	【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
エネルギー 445kcal たんぱく質19.9g 脂質 26.5g 炭水化物34.6g 塩分3.5g		
8/22 (金)	●揚げ鶏の甘酢和え(国産鶏もも肉使用) ○点心盛り合わせ 冷 ○ビスク仕立てのポテトサラダ ○キャベツとえびのねぎ塩炒め ○煮物(薩摩揚げ、人参、ささげ)	【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆、えび】 【卵、乳、小麦、大豆、えび、かに】 【小麦、大豆、えび】 【乳、大豆】
エネルギー 434kcal たんぱく質21.7g 脂質 19.8g 炭水化物43.0g 塩分2.2g		

※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、容器のふたを開けて下さい。
- ・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)