

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**10/29 (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。

11/3 (月)	文化の日の為、お届けはお休みさせていただきます。			
11/4 (火)	●鶏の照り焼き&香草パン粉焼き（国産鶏もも肉使用） ○にら饅頭 冷 ○ゆず大根 ○彩り大豆煮 ○南瓜とがんもの煮物	【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆、えび】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】	エネルギー 398kcal たんぱく質22.4g 脂質 19.8g 炭水化物33.0g 塩分2.5g	
 11/5 (水)	●天ぷら盛り合わせ ○もやしと豚肉のオイスター炒め（産直豚小間肉使用） ○小松菜の玉子炒め 冷 ○人参とレーズンの柑橘マリネ ○鶏肉のハーブ焼き（国産鶏もも肉使用）	【小麦、大豆、えび】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】	エネルギー439kcal たんぱく質23.3g 脂質25.3g 炭水化物30.0g 塩分 3.1g	
11/6 (木)	●ハンバーグきのこクリームソース ○豚肉のチャプチェ風（産直豚小間肉使用） ○アスパラとコーンのバター炒め 冷 ○白菜の七味醤油和え ○昆布煮	【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】	エネルギー 414kcal たんぱく質21.4g 脂質 19.1g 炭水化物43.3g 塩分3.3g	
11/7 (金)	●サバの塩焼き ○さつま芋とがんもの炊き合わせ ○お豆のトマト煮 冷 ○オクラのさっぱり和え ○豚肉と玉ねぎのピリ辛味噌炒め（国産豚ロース肉使用）	【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【小麦、大豆、落花生】	エネルギー 413kcal たんぱく質20.9g 脂質 23.1g 炭水化物30.1g 塩分2.4g	

※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）