

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**2/4 (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。

2/9 (月)	●白身魚（ホキ）のカレーチーズ ○もやしとピーマンのチャンプルー ○豚肉じゃが 冷 ○きゅうりとセロリのマヨサラダ ○鶏肉と小松菜の玉子炒め	【乳、小麦、大豆】 【大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】
	エネルギー 406kcal    たんぱく質 24.0g    脂質 20.1g    炭水化物 30.2g    塩分 2.8g	
栄養士 おすすめ 2/10 (火)	●黒豚メンチカツ ○炊き合わせ（里芋、蓮根、人参、真丈） ○チンゲン菜とエビの中華炒め 冷 ○大根とワカメの梅ドレサラダ ○鶏のレモンペッパー焼き	【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆、えび】 【小麦、大豆】 【乳、大豆】
	エネルギー 422kcal    たんぱく質 19.9g    脂質 24.3g    炭水化物 31.7g    塩分 2.4g	
2/11 (水)	祝日のためお休みさせていただきます。	
2/12 (木)	●赤魚（メヌケ）のぽん酢餡かけ葱ソース ○なすと豚肉の味噌炒め ○青菜のさっと煮 冷 ○白菜ときゅうりの胡麻サラダ ○肉団子とかぼちゃの甘酢だれ	【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【小麦、大豆】
	エネルギー 456kcal    たんぱく質 22.3g    脂質 22.2g    炭水化物 42.9g    塩分 3.5g	
2/13 (金)	●チキンのブラウンソース ○クリーミーコーンコロケ ○ポテトのバター炒め 冷 ○キャベツときゅうりのしそ風味サラダ ○豚肉と玉ねぎのねぎ塩炒め	【卵、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 449kcal    たんぱく質 24.7g    脂質 26.5g    炭水化物 30.7g    塩分 2.5g	

※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）