

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**2/4 (水)**までにお願い致します。**KARADA元気 (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)	●スパイシーケイジャンチキン ○オムレツとほうれん草ソテー 冷 ○いんげんのピーナッツ和え 冷 ○ごぼうサラダ	【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆、落花生】 【小麦、大豆】
	エネルギー 356kcal たんぱく質 20.0g 脂質 20.1g 炭水化物 24.4g 塩分 2.5g	
2/10 (火)	●シイラのバターポン酢 ○チーズ入りチキンカツ ○チンゲン菜と白滝の煮浸し 冷 ○あらびきポテトサラダ	【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】
	エネルギー 320kcal たんぱく質 22.5g 脂質 15.3g 炭水化物 23.9g 塩分 2.1g	
2/11 (水)	祝日のためお休みさせていただきます。	
2/12 (木)	●韓国風ロゼクリームチキン ○もっちり水餃子 冷 ○白菜とコーンのごま和え ○やわらか昆布煮	【卵、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】
	エネルギー 409kcal たんぱく質 21.6g 脂質 21.6g 炭水化物 32.9g 塩分 2.7g	
2/13 (金)	●チリトマトハンバーグ ○ブロックコリーのコンソメ炒め 冷 ○キャロットラペ 冷 ○カットパイナップル	【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【大豆】 【】
	エネルギー 391kcal たんぱく質 18.0g 脂質 19.0g 炭水化物 37.6g 塩分 2.8g	

※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あります。）
- ・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。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ける際は最初に「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)