


※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**4/8 (水)**までにお問い合わせ致します。

おかず (おかずのみ) コース

 ...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。

<p>4/13 (月)</p>	<p>●ホイコーロー ○南瓜と厚揚げのそぼろあん ○高野豆腐のあっさり煮  ○明太ポテトサラダ ○セロリの金平</p>	<p>【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【大豆】</p>
<p> 4/14 (火)</p>	<p>●鮭の塩こうじ焼き ○麻婆豆腐 ○野菜コロッケ  ○ゆでキャベツのマスタード風味  ○煮豆</p>	<p>【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【】</p>
<p>4/15 (水)</p>	<p>●鶏肉のカレー香草パン粉焼き&つくね ○ふんわり玉子のかに風味あん ○じゃが芋とベーコンのバター醤油炒め ○いんげんとえのきの煮びたし  ○ごま昆布</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、かに】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>4/16 (木)</p>	<p>●ホッケの照り焼き ○肉団子の甘酢からめ  ○人参とツナのジンジャーサラダ  ○ごぼうと油揚げの炒り煮 ○漬物</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>4/17 (金)</p>	<p>●ハンバーグシャリアピンソース ○ジャーマンポテト ○豚肉と青梗菜のソテー ○なすのトマト煮  ○黄色のカリフラワーピクルス</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【】</p>
<p>エネルギー 386kcal たんぱく質 19.4g 脂質 21.3g 炭水化物 27.6g 塩分 2.9g</p>		
<p>エネルギー 390kcal たんぱく質 21.8g 脂質 20.4g 炭水化物 30.4g 塩分 1.7g</p>		
<p>エネルギー 359kcal たんぱく質 20.7g 脂質 20.0g 炭水化物 26.5g 塩分 3.3g</p>		
<p>エネルギー 367kcal たんぱく質 17.9g 脂質 19.8g 炭水化物 30.2g 塩分 2.9g</p>		
<p>エネルギー 390kcal たんぱく質 17.8g 脂質 19.6g 炭水化物 35.7g 塩分 3.5g</p>		

※届きましたら冷蔵庫で保管し、当日午後10時までにお召上がりください。

- ・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、品質に問題はございません。

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)