








※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**4/22 (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>4/27 (月)</p>	<p>●豚肉のチャプチェ風 ○菜の花のパスタ ○切干大根と山菜の炒め煮  ○白菜の塩昆布和え ○大学芋</p>	<p>【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー434kcal たんぱく質 15.9g 脂質 18.2g 炭水化物 49.8g 塩分 2.6g</p>		
<p>4/28 (火)</p>	<p>●黄金カレーと野菜の黒酢ソース ○さつま芋と豚肉の煮物  ○もやしのナムル  ○大根サラダ ○野菜とベーコンのトマト煮</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、かに】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 389kcal たんぱく質 17.2g 脂質 17.6g 炭水化物 40.4g 塩分 1.9g</p>		
<p>4/29 (水)</p>	<p>昭和の日</p>	
<p>4/30 (木)</p>	<p>●鶏の唐揚げ ○五目巾着と大根の煮物  ○キャベツのごま和え ○金平ごぼう  ○漬物</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 404kcal たんぱく質 20.5g 脂質 24.6g 炭水化物 23.1g 塩分 3.2g</p>		
<p> 5/1 (金)</p>	<p>●秋刀魚の蒲焼き&竹輪天 ○肉団子とかぶのさっぱりあんかけ ○豚肉と白菜のソテー ○里芋のそぼろあん ○人参のきんぴら</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 418kcal たんぱく質 16.7g 脂質 22.5g 炭水化物 36.0g 塩分 2.8g</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)