







※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**4/29 (水)**までをお願い致します。

お弁当（ごはん付き）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。

5/4 (月)	みどりの日	
5/5 (火)	こどもの日	
5/6 (水)	振替休日	
 栄養士 おすすめ 5/7 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ●ホッケの塩麴漬焼き ○かぼちゃとウィンナーのコンソメ煮 ○豚肉とキャベツのんにく醤油炒め  ○れんこんと豆のサラダ  ○青菜のピーナッツ和え ○あごだし五目ごはん（産直金芽米使用） 	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【小麦、大豆、落花生】 【小麦、大豆】 <p>エネルギー 493kcal たんぱく質 17.6g 脂質 13.0g 炭水化物 77.0g 塩分 3.1g</p>
5/8 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ●鶏天 さっぱりおろしぼん酢 ○ジャーマンポテト ○昆布煮  ○れんこんの梅ナムル  ○漬物 ○ご飯（産直金芽米使用） 	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦】 【】 <p>エネルギー 541kcal たんぱく質 18.5g 脂質 14.4g 炭水化物 85.1g 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）