


※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**6/3 (水)**までをお願い致します。

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>6/8 (月)</p>	<p>●ケージャンチキン ○ジャーマンスイートポテト ○大根の小エビ煮  ○青菜とツナの和え物 ○あじのつみれ煮</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、乳、大豆】 【乳、小麦、大豆、えび】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 404kcal たんぱく質 23.6g 脂質 20.8g 炭水化物 31.4g 塩分 3.4g</p>		
<p>6/9 (火)</p>	<p>●アジの香味ソース ○ゴーヤチャンプルー  ○白菜ときゅうりのゆず胡椒和え ○なすのピリ辛みそ炒め ○揚げ焼売</p>	<p>【乳、小麦、大豆、えび】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、えび、かに】</p>
<p>エネルギー 360kcal たんぱく質 21.5g 脂質 19.5g 炭水化物 20.5g 塩分 2.9g</p>		
<p> 6/10 (水)</p>	<p>●彩り夏野菜と鶏竜田の南蛮漬け ○ホタテと野菜の旨塩炒め ○人参とさつま芋のバター煮 ○れんこんのスパイシー炒め  ○オクラの梅塩昆布和え</p>	<p>【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 390kcal たんぱく質 15.9g 脂質 21.4g 炭水化物 34.3g 塩分 1.7g</p>		
<p>6/11 (木)</p>	<p>●揚げサバの山椒風味 ○肉団子のコンソメ煮 ○チンゲン菜のじゃこそぼろ  ○玉ねぎとツナの辛味醤油和え  ○漬け物</p>	<p>【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦】</p>
<p>エネルギー 367kcal たんぱく質 17.6g 脂質 22.5g 炭水化物 24.9g 塩分 2.9g</p>		
<p>6/12 (金)</p>	<p>●豚ロースの生姜焼き ○かぼちゃコロッケ ○炊き合わせ (がんも、大根) ○白身魚のつみれ煮  ○オクラと長芋の和え物</p>	<p>【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 394kcal たんぱく質 18.9g 脂質 19.6g 炭水化物 33.7g 塩分 2.3g</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)