

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、6/10 (水)までをお願い致します。

おかず (おかずのみ) コース

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。

6/15 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ●白身魚のねぎ味噌焼き ○大根と豚肉の甘辛生姜炒め ○厚揚げとベーコンのバター醤油炒め ○白菜とピーマンの旨塩炒め 冷 ○煮豆 	<ul style="list-style-type: none"> 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【】
エネルギー 369kcal たんぱく質 21.2g 脂質 19.5g 炭水化物 26.0g 塩分 2.5g		
6/16 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ●プルコギ風 ○海鮮八宝菜 ○野菜のガーリックオイル煮 ○ひじきと大豆のきんぴら煮 冷 ○佃煮 	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【小麦、大豆、えび】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】
エネルギー 373kcal たんぱく質 20.4g 脂質 20.8g 炭水化物 25.3g 塩分 3.0g		
6/17 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ●シイラのチリソース & 揚げ餃子 ○鶏肉とインゲンの炒め物 ○キャベツの煮浸し 冷 ○五目しんじょとふきの煮物 ○コーンバター 	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳】
エネルギー 427kcal たんぱく質 21.0g 脂質 26.2g 炭水化物 28.2g 塩分 2.0g		
6/18 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ●鶏肉の梅肉入りおろしソース ○しぎなす ○高野豆腐のオランダ煮 ○冬瓜のあんかけ 冷 ○ゆず白菜 	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【】
エネルギー 380kcal たんぱく質 22.7g 脂質 23.7g 炭水化物 19.6g 塩分 3.1g		
6/19 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ●サワラの西京焼き ○大根と豚肉の南蛮煮 ○野菜コロッケ ○鶏肉と青梗菜のソテー 冷 ○もやしのピリ辛中華和え 	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
エネルギー 356kcal たんぱく質 20.1g 脂質 19.2g 炭水化物 23.4g 塩分 1.9g		

※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)