

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**6/24 (水)**までにお問い合わせ致します。

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。

国産応援ご膳 (おかずのみ)

<p>6/29 (月)</p>	<p>●回鍋肉 (国産豚ロース肉使用) ○鶏の塩麴唐揚げ (国産鶏もも肉使用) ○竹の子のザーサイ炒め 冷 ○小松菜とツナのごま和え ○えびしんじょと大根の煮物</p>	<p>【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆、えび】</p>
<p>エネルギー 421kcal たんぱく質23.0g 脂質 24.4g 炭水化物28.2g 塩分3.1g</p>		
<p>6/30 (火)</p>	<p>●ブリの香味柚子あんかけ ○肉団子の黒酢あん ○小松菜のじゃこ炒め 冷 ○セロリとパプリカのサラダ ○鶏のしそ唐揚げ (国産鶏もも肉使用)</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 459kcal たんぱく質31.4g 脂質 23.3g 炭水化物31.5g 塩分2.3g</p>		
<p>栄養士 おすすめ 7/1 (水)</p>	<p>●鶏肉の生姜焼き (国産鶏もも肉使用) ○じゃが芋とひじきの煮物 ○かに風味焼売 冷 ○大根の彩りサラダ ○厚焼玉子</p>	<p>【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆、えび、かに】 【卵、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー428kcal たんぱく質23.3g 脂質25.1g 炭水化物29.9g 塩分 2.7g</p>		
<p>7/2 (木)</p>	<p>●赤魚 (メヌケ) の西京焼き ○肉じゃが (産直豚小間肉使用) ○ズッキーニのトマト煮 冷 ○大根の野沢菜和え ○ヒレカツ</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 407kcal たんぱく質25.7g 脂質 16.2g 炭水化物40.9g 塩分3.2g</p>		
<p>7/3 (金)</p>	<p>●肉豆腐 (国産豚ロース肉使用) ○ひき肉とお豆のドライカレー (国産鶏ももひき肉使用) ○キャベツのザーサイ炒め 冷 ○ワカメのポン酢和え ○ペペロンチーノ風パスタ</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 407kcal たんぱく質25.3g 脂質 17.9g 炭水化物36.5g 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)