

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、7/15 (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。

7/20 (月)	祝日の為、お休みさせていただきます。						
7/21 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ●牛肉のチャプチェ風 ○かぼちゃと厚揚げの辛みそそばあん ○がんと里芋の煮物 冷 ○玉ねぎと人参のマリネサラダ 冷 ○白菜の甘酢漬 	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【】 	エネルギー 414kcal	たんぱく質 13.3g	脂質 22.5g	炭水化物 36.7g	塩分 2.6g
7/22 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ●豆腐ハンバーグ ○豚肉と大根のこってり煮 冷 ○明太ポテトサラダ ○小松菜のじゃこそぼろ 冷 ○オクラの梅塩昆布和え 	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 	エネルギー 381kcal	たんぱく質 18.0g	脂質 17.4g	炭水化物 37.0g	塩分 3.2g
 7/23 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ●鶏の唐揚げゆず甘酢あん ○五目しんじょと椎茸の煮物 冷 ○白菜とかにかまの和え物 冷 ○みかんキャロットラペ ○かぼちゃのバター煮 	<ul style="list-style-type: none"> 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆、かに】 【】 【乳】 	エネルギー 380kcal	たんぱく質 18.3g	脂質 23.2g	炭水化物 26.6g	塩分 2.6g
7/24 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ●サワラのごま風味焼き ○さつま芋と豚肉の照り煮 ○揚げ餃子 冷 ○ブロッコリーの塩昆布和え 冷 ○漬物 	<ul style="list-style-type: none"> 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦】 	エネルギー 373kcal	たんぱく質 20.0g	脂質 18.7g	炭水化物 30.8g	塩分 2.8g

※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)