

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**7/29 (水)**までをお願い致します。

国産応援ご膳（おかずのみ）

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。

8/3 (月)	●本格麻婆豆腐（国産鶏ももひき肉使用） ○オムレツ ○かぼちゃと椎茸の炊き合わせ 冷 ○お豆サラダ ○白菜と鶏のねぎ塩炒め（国産鶏もも小間肉使用）	【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
	エネルギー 375kcal たんぱく質19.7g 脂質 19.5g 炭水化物33.1g 塩分2.4g	
8/4 (火)	●赤魚（メヌケ）の和風ゆずおろし ○竹輪とさつま芋の天ぷら 冷 ○ほうれん草と人参のお浸し ○なすのピリ辛だれ ○豚バラと玉ねぎのねぎ塩炒め（産直豚バラ肉使用）	【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
	エネルギー 429kcal たんぱく質20.7g 脂質 22.9g 炭水化物33.8g 塩分2.4g	
8/5 (水)	●黒豚メンチ ○チリコンカン（国産鶏ももひき肉使用） ○竹の子のザーサイ炒め 冷 ○ほうれん草とエリンギの柑橘風味和え ○牛肉の甘辛煮（国産牛前バラ肉使用）	【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
	エネルギー 438kcal たんぱく質19.2g 脂質 26.6g 炭水化物31.1g 塩分2.1g	
8/6 (木)	●八宝菜（産直豚小間肉使用） ○黒豚焼売 ○南瓜と厚揚げのそぼろあん 冷 ○わかめときゅうりの中華サラダ ○旨辛油淋鶏風（国産鶏もも肉使用）	【小麦、大豆、えび】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、かに】 【小麦、大豆】
	エネルギー454kcal たんぱく質27.6g 脂質21.7g 炭水化物36.6g 塩分 3.4g	
栄養士 おすすめ 8/7 (金)	●豚肉とかぼちゃの生姜焼き（国産豚ロース肉使用） ○7種スパイスのカレーロール ○人参の玉子炒め 冷 ○紫キャベツのサラダ ○大根の味噌そぼろあん（国産豚ひき肉使用）	【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
	エネルギー 442kcal たんぱく質21.1g 脂質 25.3g 炭水化物33.2g 塩分2.5g	

※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ことがございます。）
- ・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）