

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**8/5 (水)**までをお願い致します。

お弁当（ごはん付き）コース	
8/10 (月)	●まぐろカツ&オムレツ ○とろけるカレー ○高野豆腐とかぼちゃの煮物 冷 ○玉ねぎとツナのサラダ 冷 ○大根のしそ和え ○白飯（産直金芽米使用） 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【 】 エネルギー 517kcal たんぱく質 17.0g 脂質 12.2g 炭水化物 86.0g 塩分 2.7g
8/11 (火)	祝日の為、お届けはお休みさせていただきます。
 8/12 (水)	●三元豚となすの味噌炒め ○ひじきの健康煮 冷 ○青菜のおかか和え ○中華ポテト 冷 ○オクラの梅和え ○十八穀ご飯（産直金芽米使用） 【乳、小麦、大豆、落花生】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【大豆】 エネルギー 529kcal たんぱく質 18.5g 脂質 13.6g 炭水化物 83.2g 塩分 2.0g
8/13 (木)	夏季休暇の為、お届けはお休みさせていただきます。
8/14 (金)	夏季休暇の為、お届けはお休みさせていただきます。

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。

※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）