

※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。

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。

8/17 (月)	●アジのレモンペッパー焼き ○白菜と豚肉のキムチ炒め（産直豚小間肉使用） ○ペンネボロネーゼ（国産豚ひき肉使用） 冷 ○キャベツの塩昆布和え ○鶏の唐揚げ（国産鶏もも肉使用）	【乳、小麦、大豆】 【大豆、えび】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】
	エネルギー 416kcal たんぱく質32.3g 脂質 22.5g 炭水化物20.2g 塩分2.6g	
8/18 (火)	●ハンバーグトマトガーリックソース ○白菜の和風炒め（国産鶏もも小間肉使用） 冷 ○オクラと大根の浅漬け ○大豆煮 ○まぐろカツ	【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】
	エネルギー 404kcal たんぱく質23.7g 脂質 17.4g 炭水化物38.7g 塩分2.5g	
8/19 (水)	●天ぷら盛り合わせ ○麻婆なす（国産豚ひき肉使用） ○れんこんとワカメの煮物 冷 ○ゆず大根 ○かに風味焼売	【小麦、大豆、えび】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、えび、かに】
	エネルギー 423kcal たんぱく質14.3g 脂質 25.9g 炭水化物34.6g 塩分2.9g	
栄養士 おすすめ 8/20 (木)	●さっぱり豚しゃぶ（国産豚ロース肉使用） ○クリーミーコーンコロッケ ○アスパラとイカのソテー 冷 ○野菜のピクルス ○鶏の七味マヨ焼き（国産鶏もも肉使用）	【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【 】 【卵、小麦、大豆】
	エネルギー427kcal たんぱく質25.2g 脂質25.9g 炭水化物24.1g 塩分 2.1g	
8/21 (金)	●さばのタンドリー焼き ○さつま芋と五目しんじょの煮物 冷 ○きゅうりと大根の梅和え ○厚焼玉子 ○小松菜と鶏肉の煮浸し（国産鶏もも小間肉使用）	【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】
	エネルギー 445kcal たんぱく質19.9g 脂質 26.5g 炭水化物34.6g 塩分3.5g	

※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）