

※この週のキャンセル、数量・コース・曜日の変更は、**3/28 (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。

| | | |
|---|---|---|
| <p>4/2 (月)</p> | <p>●じゃこカツ ○豚肉と里芋の煮物 (産直豚肉使用) ○ほうれん草とベーコンのソテー 冷 ○春雨サラダ ○ナポリタン</p> <p>エネルギー 405kcal たんぱく質 18.1g 脂質 19.9g 炭水化物 43.0g 塩分 2.7g</p> | <p>【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p> |
| <p>4/3 (火)</p> | <p>●豚肉と白菜の味噌鍋風 (産直豚肉使用) ○千草焼きの貝柱風味あん ○煮物 (五目巾着・いわしつみれ・ワカメ) 冷 ○キャベツとカニカマの和え物 ○コーンクリームコロッセ</p> <p>エネルギー 428kcal たんぱく質 15.0g 脂質 27.2g 炭水化物 27.0g 塩分 2.6g</p> | <p>【乳、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、えび、かに、大豆】 【卵、乳、小麦、えび、かに、大豆】</p> |
| <p> 4/4 (水)</p> | <p>●まぐろ唐揚げの油淋鶏ソース ○ふろふき大根 ○アヒージョ (カリフラワー・さつま芋・ブロッコリー) 冷 ○ワカメのポン酢和え ○豚肉と玉ねぎの生姜炒め (産直豚肉使用)</p> <p>エネルギー 438kcal たんぱく質 29.2g 脂質 19.7g 炭水化物 33.5g 塩分 3.3g</p> | <p>【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p> |
| <p>4/5 (木)</p> | <p>●おろし焼き肉 (国産牛肉使用) ○炊き合わせ (南瓜・椎茸・白滝・エンドウ豆) ○塩麻婆豆腐 冷 ○人参とキャベツのサラダ ○さんまの煮付け</p> <p>エネルギー 438kcal たんぱく質 19.2g 脂質 22.9g 炭水化物 36.5g 塩分 3.1g</p> | <p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p> |
| <p>4/6 (金)</p> | <p>●サワラの香味焼き 青じそ風味 ○豆腐と野菜の揚げびたし ○ごぼうと山菜のきんぴら 冷 ○白菜と野沢菜のゆず風味和え ○鶏肉のトマトソース (国産鶏肉使用)</p> <p>エネルギー 438kcal たんぱく質 26.3g 脂質 26.6g 炭水化物 25.0g 塩分 2.4g</p> | <p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</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・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 フリーコール **0120-1010-68** 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)