

※この週のキャンセル、数量・コース・曜日の変更は、**6/20 (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>栄養士おすすめ</p> <p>6/25 (月)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●鶏の唐揚げ (国産鶏肉使用) 【卵、乳、小麦、大豆】 ○ポトフ (カリフラワー・ブロッコリー・ウィンナー・南瓜) 【乳、小麦、大豆】 ○4種きのこの和風醤油炒め 【乳、小麦、大豆】 ○セロリのおかか和え 【乳、小麦、大豆】 冷 ○キャベツのカラフルサラダ 【】 <p>エネルギー 400kcal たんぱく質 21.7g 脂質 23.5g 炭水化物 25.1g 塩分 2.6g</p>
<p>6/26 (火)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●アジのレモンペッパー焼き 【乳、小麦、大豆】 ○肉じゃが 【乳、小麦、大豆】 ○彩り野菜のおろしソース 【小麦、大豆】 冷 ○オクラのなめ茸和え 【小麦、大豆】 ○鶏肉と玉ねぎのスパイシー炒め (国産鶏肉使用) 【乳、小麦、大豆】 <p>エネルギー 393kcal たんぱく質 30.0g 脂質 15.6g 炭水化物 31.5g 塩分 3.5g</p>
<p>6/27 (水)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●豚カツの玉子あん 【卵、乳、小麦、大豆】 ○煮物 (五目しんじょ・大根・蒟蒻・エンドウ豆) 【乳、小麦、大豆】 ○アスパラとイカのソテー 【乳、小麦、大豆】 冷 ○マカロニサラダ 【卵、小麦、大豆】 ○鶏の山椒照焼き (国産鶏肉使用) 【小麦、大豆】 <p>エネルギー 385kcal たんぱく質 19.9g 脂質 19.4g 炭水化物 31.5g 塩分 3.4g</p>
<p>6/28 (木)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●本格麻婆豆腐 【小麦、大豆】 ○白菜と鶏のねぎ塩炒め (国産鶏肉使用) 【乳、小麦、大豆】 ○炊き合わせ (椎茸・南瓜・ササゲ) 【乳、小麦、大豆】 冷 ○お豆サラダ 【小麦、大豆】 ○コーンクリームコロッケ 【卵、乳、小麦、えび、かに、大豆】 <p>エネルギー 429kcal たんぱく質 18.4g 脂質 21.7g 炭水化物 38.4g 塩分 2.0g</p>
<p>6/29 (金)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●回鍋肉 (国産豚肉使用) 【小麦、大豆】 ○点心盛り合わせ 【卵、小麦、えび、かに、大豆】 ○ひじき煮 【乳、小麦、大豆】 冷 ○小松菜とツナのごま和え 【乳、小麦、大豆】 ○焼きうどん 【小麦、大豆】 <p>エネルギー 394kcal たんぱく質 19.9g 脂質 19.6g 炭水化物 32.1g 塩分 2.9g</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)