

2月22日(月)～2月28日(日)5・7日間コース献立表

このページの製造元は、広島駅弁当株式会社です。

お弁当コースのご飯の量は150g基準です。白米：国産
お弁当こぼごのご飯の量は130g基準です。白米：国産

お弁当和

製造
広島駅弁当株式会社

2月22日(月)		2月23日(火)		2月24日(水)		2月25日(木)		2月26日(金)		2月27日(土)		2月28日(日)																													
5・7日間コース		7日間コースのみ		5・7日間コース		5・7日間コース		5・7日間コース		7日間コースの方のみお届け		7日間コースの方のみお届け																													
白飯/黒ゴマ 大豆・ごま		白飯/ゆかり 大豆		ちらし寿司 小麦・ごま・大豆・卵		白飯/白ゴマ 大豆・ごま		白飯/黒ゴマ 大豆・ごま		白飯/ゆかり 大豆		白飯/黒ゴマ 大豆・ごま																													
牛肉柳川風煮 卵・小麦・さば・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		白身魚の柚庵焼き 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		坦々風野菜炒め 小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		タラのきのこソースかけ 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		鶏山賊焼(山口郷土) 小麦・大豆・鶏肉・乳製品		サワラ照焼/白菜ごま和え 小麦・大豆・乳製品・さば・ごま・鶏肉		肉団子の卵あんかけ 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・卵・乳製品・ごま																													
茄子とピーマン炒め煮 小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		鶏唐揚げキャベツ和風生姜煮 鶏肉・小麦・さば・大豆・豚肉・ゼラチン		大根と薩摩揚げ煮 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		卵とほうれん草のソテー 卵・乳製品・小麦・大豆・鶏肉		白菜ツナスープ煮 乳製品・小麦・大豆・鶏肉		野菜とツナのクリーム煮 乳製品・小麦・大豆・鶏肉・豚肉		ほうれん草ソテー 卵・乳製品・小麦・大豆・鶏肉・豚肉																													
さつま芋/高野煮 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		金平ごぼう 乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		京あわせ煮物/椎茸煮 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・卵		大根炒めなます ごま		じゃがオクラ明太サラダ 卵・小麦・大豆		青梗菜の卵とじ 卵・小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		里芋のごま味噌煮 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま																													
フレンチサラダ/水菜おかか和え 卵・大豆・小麦・さば・鶏肉・豚肉・ゼラチン		春雨サラダ/ブロッコリーごま和え 卵・小麦・大豆・りんご・乳製品・さば・ごま・鶏肉		春菊お浸し/人参えのきのさっと煮 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		ブロッコリーと桜えび煮物/中華ポテト 乳製品・小麦・えび・大豆・鶏肉		わかめの酢物/水菜煮浸し 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		キャベツ甘酢和え/マカロニサラダ 卵・乳製品・小麦・大豆・豚肉・りんご		オクラとツナ和え/みかん缶 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン																													
熱量 499 kcal	たんぱく質 15.3 g	脂質 10.3 g	炭水化物 84.1 g	カルシウム 97 mg	カリウム 515 mg	熱量 478 kcal	たんぱく質 15.6 g	脂質 12.2 g	炭水化物 73.7 g	カルシウム 72 mg	カリウム 462 mg	熱量 437 kcal	たんぱく質 13.8 g	脂質 8.1 g	炭水化物 76.8 g	カルシウム 79 mg	カリウム 407 mg	熱量 513 kcal	たんぱく質 19.9 g	脂質 12.9 g	炭水化物 78.3 g	カルシウム 76 mg	カリウム 417 mg	熱量 452 kcal	たんぱく質 19.9 g	脂質 12.9 g	炭水化物 78.3 g	カルシウム 76 mg	カリウム 417 mg	熱量 491 kcal	たんぱく質 16.6 g	脂質 11.4 g	炭水化物 77.1 g	カルシウム 96 mg	カリウム 523 mg	熱量 557 kcal	たんぱく質 16.0 g	脂質 16.7 g	炭水化物 82.6 g	カルシウム 90 mg	カリウム 380 mg

おかず舞

製造
広島駅弁当株式会社

5・7日間コース		7日間コースのみ		5・7日間コース		5・7日間コース		5・7日間コース		7日間コースの方のみお届け		7日間コースの方のみお届け																													
オムレツのミートソースかけ 乳製品・小麦・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・卵		サワラゆかり揚げ 卵・乳製品・小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		鶏山賊焼(山口郷土) 小麦・大豆・鶏肉・乳製品・さば・豚肉・ゼラチン		エビフライ/鱈大葉フライ 小麦・えび・大豆・卵		赤魚のゆず味噌タレ/オクラ天 卵・乳製品・小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		鶏肉の香草焼き 乳製品・小麦・大豆・鶏肉		スタミナ炒め 小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン																													
牛肉と大豆の味噌煮 乳製品・小麦・牛肉・大豆		ラタトゥイユ 卵・乳製品・小麦・大豆・鶏肉・豚肉		白菜ベーコン煮 卵・乳製品・小麦・大豆・鶏肉・豚肉		肉じゃが 小麦・さば・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		ポテトのカレー炒め 卵・乳製品・小麦・えび・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		ニラと厚揚げの炒物 小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		かき揚げ/南瓜天 卵・乳製品・小麦																													
ほうれん草ソテー 乳製品・小麦・大豆・鶏肉		大豆とさつま芋煮 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		ひじきと野菜豆腐天 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・卵・乳製品		いんげん炒め 卵・乳製品・小麦・大豆・鶏肉・豚肉		小松菜煮浸し 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		ほうれん草煮浸し 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		炒り豆腐 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン																													
ひじきごまサラダ 卵・小麦・ごま・大豆・りんご		ほうれん草菜種和え 卵・小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		いも芋サラダ 卵・乳製品・小麦・大豆・豚肉・りんご		大根炒めなます ごま		マカロニ香味サラダ 卵・乳製品・小麦・ごま・大豆・豚肉・りんご		白菜ごま和え 乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉		里芋のごま味噌煮 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま																													
切干大根酢物 卵・乳製品・小麦・えび・かに・大豆・豚肉		胡瓜と鶏肉の中華胡麻和え 小麦・ごま・大豆・鶏肉		筍のたらこ和え 卵・小麦・大豆・りんご		青梗菜ピーナツ和え 小麦・落花生・大豆		ブロッコリーと桜えび煮物 乳製品・小麦・えび・大豆・鶏肉		ベーコンとポテトサラダ 卵・乳製品・大豆・豚肉・りんご		五目生酢 ごま・大豆																													
オクラ梅かつお和え 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		おかず昆布 小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉		春菊お浸し 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		おかず豆 小麦・大豆		糸こんにゃく煮 小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		柚子蒟蒻 小麦・大豆		金時豆 なし																													
熱量 365 kcal	たんぱく質 15.3 g	脂質 20.2 g	炭水化物 29.6 g	カルシウム 139 mg	カリウム 557 mg	熱量 400 kcal	たんぱく質 19.1 g	脂質 21.0 g	炭水化物 31.3 g	カルシウム 70 mg	カリウム 728 mg	熱量 341 kcal	たんぱく質 15.3 g	脂質 22.1 g	炭水化物 19.0 g	カルシウム 80 mg	カリウム 586 mg	熱量 351 kcal	たんぱく質 14.5 g	脂質 15.5 g	炭水化物 38.3 g	カルシウム 98 mg	カリウム 541 mg	熱量 305 kcal	たんぱく質 14.4 g	脂質 15.2 g	炭水化物 29.5 g	カルシウム 88 mg	カリウム 407 mg	熱量 332 kcal	たんぱく質 19.5 g	脂質 20.0 g	炭水化物 17.6 g	カルシウム 146 mg	カリウム 638 mg	熱量 431 kcal	たんぱく質 15.4 g	脂質 17.3 g	炭水化物 52.7 g	カルシウム 98 mg	カリウム 734 mg

お弁当こぼご

製造
広島駅弁当株式会社

5・7日間コース		7日間コースのみ		5・7日間コース		5・7日間コース		5・7日間コース		7日間コースの方のみお届け		7日間コースの方のみお届け																													
白飯 大豆		白飯 大豆		白飯 大豆		白飯 大豆		白飯 大豆		白飯 大豆		白飯 大豆																													
牛肉の柳川風煮 卵・小麦・さば・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		白身魚の柚庵焼き/ブロッコリーごま和え 乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		坦々風野菜炒め 小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		タラのきのこソースかけ 乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		鶏山賊焼(山口郷土) 小麦・大豆・鶏肉・乳製品		サワラ照焼/白菜ごま和え 小麦・大豆・乳製品・さば・ごま・鶏肉		肉団子の卵あんかけ 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・卵・乳製品・ごま																													
さつま芋/高野煮 小麦・大豆・さば・鶏肉・豚肉・ゼラチン		鶏唐揚げキャベツ和風生姜煮 鶏肉・小麦・さば・大豆・豚肉・ゼラチン		京あわせ煮物/椎茸煮/人参煮 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・卵		卵とほうれん草のソテー 卵・乳製品・小麦・大豆・鶏肉		白菜ツナスープ煮 乳製品・小麦・大豆・鶏肉		青梗菜の卵とじ 卵・小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		ほうれん草ソテー 卵・乳製品・小麦・大豆・鶏肉・豚肉																													
水菜おかか和え 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		金平ごぼう 乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		春菊お浸し 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		大根炒めなます ごま		わかめの酢物 無し		キャベツ甘酢和え 無し		オクラとツナ和え 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン																													
熱量 409 kcal	たんぱく質 13.6 g	脂質 7.0 g	炭水化物 70.5 g	カルシウム 81 mg	カリウム 340 mg	熱量 412 kcal	たんぱく質 13.7 g	脂質 10.9 g	炭水化物 52.3 g	カルシウム 56 mg	カリウム 365 mg	熱量 373 kcal	たんぱく質 13.3 g	脂質 6.7 g	炭水化物 63.3 g	カルシウム 64 mg	カリウム 317 mg	熱量 420 kcal	たんぱく質 17.8 g	脂質 9.8 g	炭水化物 64.5 g	カルシウム 67 mg	カリウム 401 mg	熱量 365 kcal	たんぱく質 15.4 g	脂質 8.3 g	炭水化物 54.4 g	カルシウム 42 mg	カリウム 364 mg	熱量 383 kcal	たんぱく質 15.7 g	脂質 7.0 g	炭水化物 61.4 g	カルシウム 73 mg	カリウム 482 mg	熱量 431 kcal	たんぱく質 15.4 g	脂質 14.3 g	炭水化物 52.7 g	カルシウム 98 mg	カリウム 734 mg

2月22日(月)～2月26日(金) 5日間コース献立表 このページの製造元は、ワタミ株式会社です。

2月22日(月)	2月23日(火)	2月24日(水)	2月25日(木)	2月26日(金)
5日間コース				
白飯 無し サーモンの塩焼き さけ・小麦・大豆・ごま じゃが芋のカレーソース 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご カリフラワーとベーコンのソテー 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉 昆布煮 小麦・大豆・ごま 熱量 447 kcal 塩分 1.3 g たんぱく質 16.7 g 脂質 10.9 g 炭水化物 69.2 g	天皇誕生日	白飯 無し 豚肉と玉ねぎの焼肉風 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま さつま芋の煮物 小麦・さば・大豆 ニラ玉もやし 卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 金平ごぼう 小麦・大豆・ごま 熱量 526 kcal 塩分 2.0 g たんぱく質 11.5 g 脂質 19.7 g 炭水化物 72.8 g	白飯 無し 白身魚フライ ※タルタルソース小袋付 卵・小麦・大豆・りんご 玉子とほうれん草の炒め和え 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・卵 キャベツとウインナーのトマトソース 牛肉・大豆・豚肉 煮豆 小麦・大豆 熱量 546 kcal 塩分 1.7 g たんぱく質 13.2 g 脂質 20.0 g 炭水化物 76.5 g	黒米入りご飯 無し 八宝菜(イカ) 小麦・いか・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 肉しゅうまい 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 具沢山卵の花 小麦・大豆・ごま 小松菜ときのこの和え物 小麦・大豆・ごま 熱量 451 kcal 塩分 2.2 g たんぱく質 13.3 g 脂質 12.8 g 炭水化物 69.4 g

お弁当コースのご飯の量は150g基準です。白米：国産


【ご利用上の注意・献立案内】

- * 届きましたら冷蔵庫で保管してください。
- * 消費期限は商品に記載の表示をご確認ください。
- * あたためは、カップ・別添えのタレ等を取り出し、電子レンジで2分程度が目安です。* 肉類・魚介類・玉子などの食材は、加熱時間により破裂のおそれがございますのでご注意ください。
- * 都合によりメニューを変更させていただく場合がございます。
- * 栄養成分値は配合に基づいた基準値です。原材料事情や調理工程により、実際に提供する商品の数値には誤差が出る場合がありますのでご了承下さい。

献立の下に記載している()内はアレルギーを表示しています。
 特定原材料: 卵・小麦・そば・落花生・乳成分・えび・かに
 指定原材料に準ずるもの: あわび・いか・オレンジ・キューイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン
 ※調理過程で本来原材料に使用しない食材が混入する可能性があります。

豆腐ハンバーグ照り焼きソース 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉 南瓜のミートソースがけ 卵・小麦・乳成分・牛肉・鶏肉・豚肉・大豆 ひじきの炒り煮 卵・小麦・大豆 さつま芋の甘煮 小麦・大豆 昆布煮 小麦・大豆・ごま 熱量 411 kcal 塩分 2.7 g たんぱく質 12.0 g 脂質 17.4 g 炭水化物 51.1 g	天皇誕生日	チキンカツカレーソース 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・牛肉・バナナ・豚肉・りんご わかめと野菜のゆず味噌かけ ※ゆず味噌小袋付 小麦・大豆・卵 切干大根の中華風煮物 小麦・大豆・ごま シェルマカロニサラダ 卵・小麦・大豆 キャベツのごま和え 小麦・大豆・ごま 熱量 372 kcal 塩分 3.1 g たんぱく質 12.9 g 脂質 22.1 g 炭水化物 30.8 g	豚肉と春雨の炒め物 小麦・大豆・豚肉・りんご・ごま 餃子 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 花野菜のポテトサラダ 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・ゼラチン ほうれん草と薄揚げの和え物 小麦・大豆 いんげんとたけのこの和え物 小麦・大豆・ごま 熱量 380 kcal 塩分 2.3 g たんぱく質 10.4 g 脂質 22.7 g 炭水化物 33.6 g	鮭フライ ホワイトソースがけ 卵・小麦・さけ・大豆・乳成分・牛肉・鶏肉・豚肉 豚肉の柳川風 小麦・大豆・豚肉・卵 ほうれん草と白菜の黒ごま和え 小麦・大豆・ごま シャキシャキごぼうサラダ 卵・小麦・乳成分・大豆・ごま チンゲン菜と人参のナムル 小麦・大豆・ごま 熱量 430 kcal 塩分 2.4 g たんぱく質 15.7 g 脂質 29.9 g 炭水化物 24.7 g
--	--------------	--	--	---

「夕食宅配こくる」からのお願い
～安心して召し上がっていただくために～



届いたら冷蔵庫で保管を！

お弁当・お惣菜を召し上がった後は冷蔵庫で保管してください。

- ・当日の午後9時まで(お弁当和・お弁当こぼこ・おかず舞・おかず華: 広島駅弁当製造分)にお召し上がりください。
- ・当日の午後10時まで(お弁当コース: ワタミ製造分)にお召し上がりください。
- ・翌日の午後3時まで(おかずコース・おかず手鞠・おかずダブル: ワタミ製造分)にお召し上がりください。

あさりと野菜の和風煮 小麦・さば・大豆・りんご・ゼラチン・卵・鶏肉・やまいも 豆腐ハンバーグ照り焼きソース 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉 ひじきの炒り煮 卵・小麦・大豆 さつま芋の甘煮 小麦・大豆 昆布煮 小麦・大豆・ごま 熱量 452 kcal 塩分 4.4 g たんぱく質 15.4 g 脂質 17.7 g 炭水化物 57.2 g	天皇誕生日	チキンカツカレーソース 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・牛肉・バナナ・豚肉・りんご 銀ヒラスの照り焼き風味 小麦・大豆・ごま・卵・乳成分 切干大根の中華風煮物 小麦・大豆・ごま シェルマカロニサラダ 卵・小麦・大豆 キャベツのごま和え 小麦・大豆・ごま 熱量 481 kcal 塩分 3.8 g たんぱく質 20.7 g 脂質 28.7 g 炭水化物 34.8 g	エビフライ&白身魚フライ※タルタルソース小袋付 卵・小麦・乳成分・えび・大豆・りんご 豚肉と春雨の炒め物 小麦・大豆・豚肉・りんご・ごま 花野菜のポテトサラダ 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・ゼラチン ほうれん草と薄揚げの和え物 小麦・大豆 いんげんとたけのこの和え物 小麦・大豆・ごま 熱量 580 kcal 塩分 3.3 g たんぱく質 15.5 g 脂質 36.0 g 炭水化物 48.8 g	鶏肉のすき焼き風 卵・小麦・大豆・鶏肉・ゼラチン 鮭フライ ホワイトソースがけ 卵・小麦・さけ・大豆・乳成分・牛肉・鶏肉・豚肉 ほうれん草と白菜の黒ごま和え 小麦・大豆・ごま シャキシャキごぼうサラダ 卵・小麦・乳成分・大豆・ごま チンゲン菜と人参のナムル 小麦・大豆・ごま 熱量 450 kcal 塩分 3.9 g たんぱく質 26.7 g 脂質 24.4 g 炭水化物 32.4 g
--	--------------	--	---	--

お召上がり戴いたあとの容器は回収致します。

- ・容器は再生・再利用いたします。
- ・お手数ですが、洗ってお返しく下さい。

サーモンの塩焼き さけ・小麦・大豆・ごま じゃが芋のカレーソース 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご カリフラワーとベーコンのソテー 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉 昆布煮 小麦・大豆・ごま 熱量 195 kcal 塩分 1.2 g たんぱく質 12.5 g 脂質 9.8 g 炭水化物 15.1 g	天皇誕生日	豚肉と玉ねぎの焼肉風 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま さつま芋の煮物 小麦・さば・大豆 ニラ玉もやし 卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 金平ごぼう 小麦・大豆・ごま 熱量 274 kcal 塩分 1.9 g たんぱく質 7.3 g 脂質 18.7 g 炭水化物 18.6 g	白身魚フライ ※タルタルソース小袋付 卵・小麦・大豆・りんご 玉子とほうれん草の炒め和え 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・卵 キャベツとウインナーのトマトソース 牛肉・大豆・豚肉 煮豆 小麦・大豆 熱量 294 kcal 塩分 1.6 g たんぱく質 9.0 g 脂質 18.9 g 炭水化物 22.3 g	八宝菜(イカ) 小麦・いか・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 肉しゅうまい 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 具沢山卵の花 小麦・大豆・ごま 小松菜ときのこの和え物 小麦・大豆・ごま 熱量 205 kcal 塩分 2.1 g たんぱく質 9.1 g 脂質 11.9 g 炭水化物 16.2 g
--	--------------	--	---	---

次週の中止・変更の締切は
2月24日(水)
18時迄です！

スタッフ・フリーダイヤルへお伝えください。

<お問合せ・お申し込み先>
商品変更や休止は週単位で、翌週分については水曜18時までにお電話下さい。



0120-272-428
受付: 月～金 9:00～18:00

お弁当 製造 ワタミ株式会社

おかず 製造 ワタミ株式会社

おかずダブル 製造 ワタミ株式会社

おかず手鞠 製造 ワタミ株式会社

2月22日(月)	2月23日(火)	2月24日(水)	2月25日(木)	2月26日(金)
牛肉柳川風煮 (卵・小麦・さば・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)		サバの唐揚げ中華あんかけ (小麦・えび・大豆・鶏肉・さば)	鶏山賊焼(山口郷土) (小麦・大豆・鶏肉・乳製品・さば・豚肉・ゼラチン)	牛和風ソテー (小麦・さば・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)
サワラ西京焼/白菜ゆかり和え (小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)		坦々風野菜炒め (小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン)	タラのきのこソースかけ (乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)	アジ南蛮漬け (小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)
さつま芋/高野煮 (小麦・大豆・さば・鶏肉・豚肉・ゼラチン)		大根と薩摩揚げ煮 (小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)	ツナじゃが (小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)	春雨中華炒め (小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)
水菜おかか和え (小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)	天皇誕生日	人参とえのきのさっと煮 (小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)	ブロッコリーと桜えび煮物 (乳製品・小麦・えび・大豆・鶏肉)	ブロッコリーごま和え (乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉)
フレンチサラダ (卵・大豆)		白菜ちりめんの酢物 (無し)	大根炒めなます (ごま)	水菜煮浸し (小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)
茄子とピーマン炒め煮 (小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)		春菊お浸し (小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)	青梗菜ピーナツ和え (小麦・落花生・大豆)	じゃがオクラ明太サラダ (卵・小麦・大豆)
ほうれん草ごま和え (乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉)		いも芋サラダ (卵・乳製品・小麦・大豆・豚肉・りんご)	卵とほうれん草のソテー (卵・乳製品・小麦・大豆・鶏肉)	わかめの酢物 (無し)
たくあん (大豆)		白桃 (もも)	中華ポテト (小麦・大豆)	安芸紫 (小麦・牛肉・ごま・大豆・豚肉)
熱量 437 kcal たんぱく質 27.1 g 脂質 16.7 g 炭水化物 36.8 g カルシウム 134 mg カリウム 732 mg 塩分 3.1 g		熱量 456 kcal たんぱく質 21.6 g 脂質 14.9 g 炭水化物 44.1 g カルシウム 200 mg カリウム 669 mg 塩分 3.5 g	熱量 447 kcal たんぱく質 25.6 g 脂質 21.2 g 炭水化物 44.6 g カルシウム 104 mg カリウム 792 mg 塩分 3.2 g	熱量 434 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 18.1 g 炭水化物 31.7 g カルシウム 115 mg カリウム 720 mg 塩分 2.9 g

【ご利用上の注意・献立案内】

* 届きましたら冷蔵庫で保管してください。* 消費期限は商品に記載の表示をご確認下さい。* あたためは、カップ・別添えのタレ等を取り出し、電子レンジで2分程度が目安です。* 肉類・魚介類・玉子などの食材は、加熱時間により破裂のおそれがございますのでご注意ください。* 都合によりメニューを変更させていただく場合がございます。

* 栄養成分値は配合に基づいた基準値です。原材料事情や調理工程により、実際に提供する商品の数値には誤差が出る場合がありますのでご了承下さい。

次週の中止・変更は
2月24日(水)
 18時迄です!



スタッフ・フリーダイヤルへ
 お伝えください。

＜お問合せ・お申し込み先＞

商品変更や休止は週単位で、翌週分については水曜18時までにお電話下さい。



☎ 0120-272-428

受付: 月~金 9:00~18:00