

4月26日(月)～5月2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

4月26日(月)		4月27日(火)		4月28日(水)		4月29日(木)		4月30日(金)		5月1日(土)		5月2日(日)																												
5・7日間コース				7日間コースのみ				5・7日間コース				7日間コースの方のみお届け																												
白飯/黒ゴマ ごま		白飯/ゆかり 無し		ちらし寿司/おぼろ/青のり 小麦・ごま・大豆・卵		白飯/白ゴマ ごま		白飯/黒ゴマ ごま		白飯/ゆかり 無し		白飯/黒ゴマ 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		サワラ照焼き/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		揚げ鶏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																												
さつま芋煮/高野煮 小麦・大豆・さば・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		大根炒め生酢 ごま		じゃが芋オクラ明太子サラダ 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/中華ポテト 乳製品・小麦・えび・大豆・鶏肉		ワカメの酢物/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 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	塩分 2.7 g	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 478 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 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				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		あじ梅しそフライ/エビフライ 小麦・えび・大豆・卵		赤魚のゆず味噌タレ/オクラ天 大豆・卵・乳製品・小麦		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		ひじきと野菜の豆腐天 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		ほうれん草炒り卵和え 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		大根炒め生酢 ごま		マカロニ香味サラダ 卵・乳製品・小麦・ごま・大豆・豚肉		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																												
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		胡瓜と鶏肉の中華ごま和え 小麦・ごま・大豆・鶏肉		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		山菜煮浸し 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		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																												
切干大根酢物 卵・乳製品・小麦・えび・かに・大豆・豚肉		おかず昆布 小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉		筍のたらこ和え 卵・小麦・大豆・りんご		おかず豆 小麦・大豆		糸こんにゃく煮/ブロッコリーと桜えび煮物 小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・乳製品・えび		柚子蒟蒻 小麦・大豆		金時豆 無し																												
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	塩分 3.0 g	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 400 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	熱量 341 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 351 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 305 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 332 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				7日間コースの方のみお届け																												
白飯 無し		白飯 無し		白飯 無し		白飯 無し		白飯 無し		白飯 無し		白飯 無し																												
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/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/金平ごぼう 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		サワラ照焼き/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																												
さつま芋煮/高野煮 小麦・大豆・さば・鶏肉・豚肉・ゼラチン		揚げ鶏キャベツ和風生姜煮 鶏肉・小麦・さば・大豆・豚肉・ゼラチン		京合わせ煮物/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		大根炒め生酢 ごま		ワカメの酢物 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	塩分 2.3 g	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 412 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	熱量 373 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 420 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 365 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 383 kcal	たんぱく質 13.9 g	脂質 17.6 g	炭水化物 66.2 g	カルシウム 64 mg	カリウム 256 mg

4月26日(月)～4月30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。

4月26日(月)	4月27日(火)	4月28日(水)	4月29日(木)	4月30日(金)
5日間コース				
白飯 無し ハンバーグ和風にんにく醤油がけ 卵・小麦・乳成分・牛肉・大豆・豚肉・ゼラチン	黒米入りご飯 無し 白身魚の玉子あん 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉	白飯 無し エビカツ 卵・小麦・えび・いか・大豆・鶏肉・豚肉・ごま		薄揚げの生姜風味ご飯 小麦・さば・大豆 牛肉と玉ねぎの焼肉風 小麦・牛肉・大豆・りんご・ごま・鶏肉・豚肉
じゃが芋とウインナーの炒め物 小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉	なすの南蛮風 小麦・大豆	玉子ときらげの中華風 卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	昭和の日	里芋とオクラの煮物 小麦・大豆・鶏肉
大豆と野菜の炒め物 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	たけのこの高菜炒め 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	豆腐そぼろと高菜の炒り煮 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま		ひじきと蓮根の炒り煮 小麦・大豆
小松菜ときのこの和え物 小麦・大豆・ごま	煮豆 小麦・大豆	人参と薄揚げの金平 小麦・大豆・ごま		大根と人参の煮物 小麦・大豆
熱量 507 kcal 塩分 2.6 g たんぱく質 13.9 g 脂質 14.1 g 炭水化物 79.5 g	熱量 463 kcal 塩分 1.8 g たんぱく質 11.7 g 脂質 12.4 g 炭水化物 74.3 g	熱量 484 kcal 塩分 1.9 g たんぱく質 14.6 g 脂質 14.6 g 炭水化物 71.4 g		熱量 455 kcal 塩分 2.8 g たんぱく質 13.0 g 脂質 14.3 g 炭水化物 66.3 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。

味噌チキンカツ 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・落花生・豚肉・りんご・ごま	鶏の唐揚げ 小麦・大豆・鶏肉・ごま	牛肉と春雨の和え物 小麦・牛肉・大豆・りんご・ごま		豚の角煮 卵・小麦・乳成分・さば・大豆・豚肉
海鮮しゅうまい 卵・小麦・えび・かに・いか・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	がんもどきの煮物ゆず風味 小麦・大豆	小籠包 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま		鶏団子の炊き合わせ 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・さば・りんご・ゼラチン
花野菜のポテトサラダ 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・ゼラチン	切干大根のごまドレッシング和え 卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ごま	ポテトスクランブル 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉	昭和の日	ひよこ豆とベーコンのトマト煮 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉
春雨のさっぱりサラダ 大豆・ごま	大豆と野菜の炒め物 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	切干大根と高菜の炒り煮 小麦・大豆・ごま		白菜とくらげのナムル 小麦・乳成分・大豆・ごま
キャベツのごま和え 小麦・大豆・ごま	ブロッコリーのおかか和え 小麦・大豆	小松菜ときのこの和え物 小麦・大豆・ごま		いんげんとたけのこの和え物 小麦・大豆・ごま
熱量 399 kcal 塩分 3.4 g たんぱく質 13.3 g 脂質 22.3 g 炭水化物 35.9 g	熱量 340 kcal 塩分 3.4 g たんぱく質 17.7 g 脂質 18.8 g 炭水化物 25.8 g	熱量 350 kcal 塩分 2.7 g たんぱく質 10.4 g 脂質 20.5 g 炭水化物 30.5 g		熱量 325 kcal 塩分 3.3 g たんぱく質 10.3 g 脂質 18.2 g 炭水化物 29.5 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ていただくまで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。

味噌チキンカツミートパスタ添え 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・落花生・豚肉・りんご・ごま	あさりと野菜のクリーム煮 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	牛肉と春雨の和え物 小麦・牛肉・大豆・りんご・ごま		カレーの南蛮風&酢どり 小麦・大豆・鶏肉・さば・ごま
イワシの生姜煮 小麦・大豆・ごま	鶏の唐揚げ 小麦・大豆・鶏肉・ごま	サーモンのちゃんちゃん焼き風 さけ・乳成分・大豆・卵・小麦		豚の角煮 卵・小麦・乳成分・さば・大豆・豚肉
花野菜のポテトサラダ 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・ゼラチン	切干大根のごまドレッシング和え 卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ごま	ポテトスクランブル 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉	昭和の日	ひよこ豆とベーコンのトマト煮 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉
春雨のさっぱりサラダ 大豆・ごま	大豆と野菜の炒め物 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	切干大根と高菜の炒り煮 小麦・大豆・ごま		白菜とくらげのナムル 小麦・乳成分・大豆・ごま
キャベツのごま和え 小麦・大豆・ごま	ブロッコリーのおかか和え 小麦・大豆	小松菜ときのこの和え物 小麦・大豆・ごま		いんげんとたけのこの和え物 小麦・大豆・ごま
熱量 507 kcal 塩分 4.1 g たんぱく質 20.3 g 脂質 26.5 g 炭水化物 46.3 g	熱量 492 kcal 塩分 4.2 g たんぱく質 20.8 g 脂質 26.0 g 炭水化物 45.2 g	熱量 484 kcal 塩分 3.6 g たんぱく質 20.5 g 脂質 28.8 g 炭水化物 34.4 g		熱量 459 kcal 塩分 3.4 g たんぱく質 20.8 g 脂質 25.9 g 炭水化物 34.8 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。

ハンバーグ和風にんにく醤油がけ 卵・小麦・乳成分・牛肉・大豆・豚肉・ゼラチン	白身魚の玉子あん 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉	エビカツ 卵・小麦・えび・いか・大豆・鶏肉・豚肉・ごま		牛肉と玉ねぎの焼肉風 小麦・牛肉・大豆・りんご・ごま・鶏肉・豚肉
じゃが芋とウインナーの炒め物 小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉	なすの南蛮風 小麦・大豆	玉子ときらげの中華風 卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	昭和の日	里芋とオクラの煮物 小麦・大豆・鶏肉
大豆と野菜の炒め物 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	たけのこの高菜炒め 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	豆腐そぼろと高菜の炒り煮 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま		ひじきと蓮根の炒り煮 小麦・大豆
小松菜ときのこの和え物 小麦・大豆・ごま	煮豆 小麦・大豆	人参と薄揚げの金平 小麦・大豆・ごま		大根と人参の煮物 小麦・大豆
熱量 255 kcal 塩分 2.6 g たんぱく質 9.7 g 脂質 13.1 g 炭水化物 25.4 g	熱量 217 kcal 塩分 1.8 g たんぱく質 7.5 g 脂質 11.5 g 炭水化物 21.0 g	熱量 232 kcal 塩分 1.8 g たんぱく質 10.4 g 脂質 13.6 g 炭水化物 17.2 g		熱量 201 kcal 塩分 1.9 g たんぱく質 7.5 g 脂質 12.1 g 炭水化物 15.3 g

5/3週と5/10週の中止・変更の締切は

4月28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。



くまのこくる

☎ **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

4月26日(月)	4月27日(火)	4月28日(水)	4月29日(木)	4月30日(金)
牛肉柳川風煮・むき枝豆 <small>(卵・小麦・さば・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>	揚げ鶏キャベツ和風生姜煮 <small>(鶏肉・小麦・さば・大豆・豚肉・ゼラチン)</small>	サバの唐揚げ中華あんかけ/キャベツ <small>(小麦・えび・大豆・鶏肉・さば)</small>		牛肉の和風ソテー <small>(小麦・さば・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>
サワラ西京焼き/白菜ゆかり和え <small>(小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>	白身魚の袖庵焼き/いんげん煮浸し <small>(小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>	坦々風野菜炒め <small>(小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン)</small>		アジの南蛮漬け <small>(小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>
さつま芋煮/高野煮 <small>(小麦・大豆・さば・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>	金平ごぼう <small>(乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>	大根と薩摩揚げ煮 <small>(小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>		春雨中華炒め <small>(小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>
水菜おほか和え <small>(小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>	白菜煮浸し <small>(小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>	人参えのきのさっと煮 <small>(小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>	昭和の日	ブロッコリーごま和え <small>(乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉)</small>
フレンチサラダ <small>(卵・大豆)</small>	南瓜煮 <small>(小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>	白菜ちりめんの酢物 <small>(無し)</small>		水菜煮浸し <small>(小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>
茄子とピーマン炒め煮 <small>(小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>	ブロッコリーごま和え <small>(乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉)</small>	春菊お浸し <small>(小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)</small>		じゃが芋オクラ明太子サラダ <small>(卵・小麦・大豆)</small>
ほうれん草ごま和え <small>(乳製品・小麦・さば・ごま・大豆・鶏肉)</small>	春雨サラダ <small>(卵・小麦・大豆・りんご)</small>	いも芋サラダ <small>(卵・乳製品・小麦・大豆・豚肉・りんご)</small>		ワカメの酢物 <small>(無し)</small>
たくあん <small>(大豆)</small>	おかず昆布 <small>(小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)</small>	白桃 <small>(もも)</small>		安芸紫 <small>(小麦・牛肉・ごま・大豆・豚肉)</small>
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 432 kcal たんぱく質 18.3 g 脂質 21.8 g 炭水化物 35.9 g カルシウム 113 mg カリウム 643 mg 塩分 3.4 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 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 687 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。

5/3週・5/10週の中止・変更は

4月28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