7月3日(月)~7月9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 お弁当こばこのご飯の量は130g基準です。 白米:国産 明日の食卓ごはん付きの量は150g基準です。白米:国産

お弁当和

■ 広島駅弁当株式会

7月3日(月) 7月4日(火) 7月5日(水) 7月6日(木) 7月7日(金) 7月8日(土) 7月9日(日) 5・7日間コース 7日間コースの方のみお届け 白飯/ゆかり 白飯/黒ゴマ 白飯/黒ゴマ ちらし寿司 白飯/ゆかり 白飯/白ゴマ 白飯/ゆかり 豚肉と白菜のこってり煮 サバと揚げなすのピリ辛あん 鶏肉の香り揚げオーロラソース 赤魚塩焼き柚子味噌かけ 八宝菜 タラのチャンチャン焼き 牛和風ソテー 大豆とさつま芋煮/豆乳花形煮 厚揚げの卵とじ 麻婆豆腐 青梗菜のとろみ煮 じゃが芋と薩摩揚げの炒り煮 鶏と卵の親子煮 ツナじゃが 青梗菜ごま和え オクラ梅かつお和え 春菊と薩摩揚げ炒め煮 大根梅かつお和え 小松菜煮浸し がんもと根菜煮 ほうれん草錦糸和え カニ風味キャベツサラダ/りんごシロップ はすのさんばい(山口郷土)/白花豆 黒酢中華春雨/わらび餅 水菜サラダ/たくあん マカロニサラダ/紅白生酢 春雨の酢物/おかず昆布 |小松菜炒としらす煮浸し/金時豆 小麦・ごま・大豆・豚肉・さば・鶏肉 小麦・大豆・さば・卵・ごま 小麦・落花生・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ 大豆・小麦・牛肉・鶏肉・豚肉・ゼラチン・卵・ 小麦・大豆・牛肉・鶏肉・豚肉・ゼラチン・え 小麦・大豆・ごま・卵・鶏肉・乳製品・豚肉・り 小麦・牛肉・大豆・卵・乳製品・鶏肉・豚肉・り ゼラチン・乳製品・卵・りんこ かに・りんご<u>・ごま</u> ヾ・ごま・卵・乳製品 483 kcal 塩分 熱量 464 kcal 塩分 2.3 g 熱量 530 kcal 塩分 2.2 g 熱量 618 kcal 塩分 熱量 417 kcal 塩分 428 kcal 塩分 量熱 520 kcal 塩分 量療 たんぱく質 14.3 g 脂質 7.5 g たんぱく質 19.4 g 15.2 g たんぱく質 19.3 g 脂質 たんぱく質 14.8 g 脂質 たんぱく質 11.5 g 脂質 6.6 g たんぱく質 22.4 g 12.1 g たんぱく質 14.6 g 脂質 22.1 g 10.7 g 炭水化物 82.7 g カルシウム 102 mg 炭水化物 75.5 g カルシウム 138 mg 炭水化物 80.7 g カルシウム 57 mg カルシウム 102 mg 炭水化物 82.9 g カルシウム 68 mg 炭水化物 74.3 g カルシウム 63 mg 炭水化物 78.3 g カルシウム 67 mg 炭水化物 77.0 g カリウム 264 mg カリウム 501 mg カリウム 367 mg カリウム 380 mg カリウム 408 mg カリウム 517 mg カリウム 496 mg

おかず舞

広島駅弁当株式会製造

	7日間コースの方のみお届け			
豚生姜焼き サワラ香味焼き	ひじき豆腐よせきのこあんカレイの煮付	けけ ハンバーグ	赤魚ゆかり揚げ豚肉と卵の炒	かめ物 ニュー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
高野豆腐の卵とじ 青梗菜とツナのさっと煮	豚肉とキャベツのカレー炒めポトフ	じゃが芋のそぼろ煮	厚揚げのチャンプル コロッケ/金平	平ごぼう
煮物盛合せ キャベツとウインナー炒め	なす・こんにゃく柚子味噌かけ がんも煮	枝豆と豆腐のふんわり天	青梗菜煮浸し ひじき煮	
小松菜と海老煮浸し カリフラワーとオクラサラダ	海老と枝豆の炒め物 ほうれん草	おかか和え ブロッコリーピーナツ和え	ひじきとかにかまの酢物 オクラごま和	え
大豆とさつま芋煮 山菜煮物/焼豆腐煮	ほうれん草ツナ炒め 木の葉豆腐	煮 はすのさんぱい(山口郷土)	かぼちゃサラダ カリフラワー・	サラダ
みかんシロップ漬け 切干大根酢物/白花豆	オクラとワカメの酢物 大根とレース	くンサラダ/広島菜 わらび餅	黒豆春雨の酢物	
小麦・大豆・豚肉・さば・えび・卵 卵・乳製品・小麦・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま・りんご・かに	卵・乳製品・小麦・えび・牛肉・大豆・豚肉・ご 小麦・ごま・大豆 ま・鶏肉・りんご・ゼラチン	・乳製品・鶏肉・卵・さば・りん 小麦・卵・乳製品・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・えび・落花生・ごま	卵・小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラ 小麦・ごま・大豆・ ナン・乳製品・かに・りんご 肉・豚肉・ゼラチン	・乳製品・卵・えび・牛肉・鶏ン
熟量 322 kcal 塩分 3.5 g 熱量 309 kcal 塩分 3.3 g	熱量 341 kcal 塩分 3.3 g 熱量 301	kcal 塩分 3.2 g 熱量 461 kcal 塩分 3.1 g		kcal 塩分 3.0 g
たんぱく質 15.6 g 脂質 12.4 g たんぱく質 12.9 g 脂質 14.2 g	たんぱく質 12.5 g 脂質 18.6 g たんぱく質 16.0)g 脂質 7.5g たんぱく質 17.5g 脂質 21.8g	たんぱく質 15.9 g 脂質 18.8 g たんぱく質 15.2	g 脂質 17.9 g
炭水化物 37.8 g カルシウム 119 mg 炭水化物 32.8 g カルシウム 168 mg	成水化物 31.6 g カルシウム 67 mg 炭水化物 25.9	- i - i - i	炭水化物 29.9 g カルシウム 120 mg 炭水化物 37.7	g カルシウム 132 mg
カリウム 458 mg カリウム 415 mg	カリウム 354 mg カリウム 552	2 mg カリウム 559 mg	カリウム 499 mg カリウム 560	mg

お弁当こばこ、広島駅弁当株式会社

7日間コースの方のみお届け 5・7日間コース 白飯 白飯 白飯 白飯 白飯 白飯 白飯 豚肉と白菜のこってり煮 サバと揚げなすのピリ辛あん 八宝菜 牛和風ソテー 鶏肉の香り揚げオーロラソース 赤魚塩焼き柚子味噌かけ タラのチャンチャン焼き 大豆とさつま芋煮 厚揚げの卵とじ 春菊と薩摩揚げ炒め煮 青梗菜のとろみ煮 じゃが芋と薩摩揚げの炒り煮 がんもと根菜煮 ツナじゃが 水菜サラダ |青梗菜ごま和え/豆乳花形煮 小松菜としらす煮浸し はすのさんばい(山口郷土) 大根梅かつお和え ほうれん草錦糸和え 小松菜煮浸し 小麦・大豆・ごま・卵・乳製品・鶏肉・豚肉・り 小麦・大豆・牛肉・鶏肉・豚肉・ゼラチン・え 小麦•牛肉•大豆•卵 小麦・ごま・大豆・さば・豚肉 小麦・大豆・さば・卵 小麦・ごま・大豆・乳製品・鶏肉・卵・りんご 大豆・小麦・牛肉・鶏肉・豚肉・ゼラチン び・ごま 熱量 388 kcal 塩分 熱量 379 kcal 塩分 1.8 g 熱量 453 kcal 塩分 1.8 g 熱量 393 kcal 塩分 1.6 g 熱量 325 kcal 塩分 1.6 g 熱量 394 kcal 塩分 1.8g 熱量 366 kcal 塩分 2.0 g 5.3 g たんぱく質 14.8 g たんぱく質 12.7 g 脂質 6.0 g たんぱく質 14.2 g 14.2 g たんぱく質 11.2 g 脂質 7.2 g たんぱく質 13.1 g 脂質 6.3 g たんぱく質 13.0 g 脂質 4.7 g たんぱく質 11.8 g 脂質 脂質 5.4 g カルシウム 118 mg 炭水化物 68.4 g 炭水化物 69.1 g カルシウム 96 mg 炭水化物 61.2 g カルシウム 88 mg 炭水化物 70.7 g 59 mg 炭水化物 58.1 g カルシウム 50 mg 炭水化物 58.4 g カルシウム 42 mg 炭水化物 60.4 g 64 mg カルシウム カルシウム カリウム 323 mg カリウム 458 mg カリウム 283 mg カリウム 171 mg カリウム 375 mg カリウム 386 mg カリウム 591 mg

8	Ħ
	4
Е	\exists
_	=
a	D
<u>ک</u>	C
T	Ħ.
_	Κ,
벋	\$
=	=
広	製
盲	造
쯰	炟
()島駅台	
弁	

|株式会

)		5・7日間コース												7日間コースの方のみお届け														
	鶏の唐掘	易げ			サバのみ	りん焼き	}		豚肉の†	計辛煮			カレイの	磯辺天ぷ	is.		鶏肉のた	ルー風味	焼き		麻婆豆腐	E			ハンバー	-グ <i>デ</i> ミグ	ラスソース	ζ
	ひじきの	煮物			エビと枝	豆の卵炒	め		蓮根のオ	らかか炒め	5		豆腐の「	中華煮			なすの南	蛮和え			メバルの	から揚げ	r		アジ大葉	ミフライ		
	ツナとじ	ゃが芋の	煮物		豆腐の旨	旨 塩煮			小松菜と	イカの生	姜浸し		ソース難	じゃが			カリフラワ	フーのコン	ノソメ煮		鶏大根煮	Ĭ.			野菜と鶏	肉の五目	煮	
	花野菜t	ナラダ			春雨の	がず胡椒を	和え		ツナとマ	カロニのサ	ナラダ		ブロッコ	リーのごま	i浸し		さつま芋	のごま和	え		白菜のほ	ぽん酢マ≡	ネーズ和	え	大豆と材	を豆の白利	え	
	白飯				白飯				白飯				白飯				白飯				白飯				白飯			
	小麦•乳成	分・ごま・大	豆∙鶏肉∙豚ฅ	肉・りんご	えび・小麦 豆・鶏肉・服	・卵・乳成分 豚肉・りんご・	・牛肉・ごま・ ゼラチン	さば・大	小麦・卵・乳んご・ゼラ		ごま・大豆・豚	肉•り	えび・小麦 んご	•卵•乳成分•	·ごま·大豆・乳		小麦・卵・乳肉・りんご・		・ごま・大豆・			【成分・牛肉 んご・ゼラチ	・ごま・さば・プ ・ン		小麦・卵・乳 肉・りんご	成分•牛肉	・ごま・大豆・	鶏肉∙豚
_	熱量	647 kcal	<u> </u>	_	熱量	616 kcal	!	2.7 g	1	556 kcal	1	_	急量	560 kcal	!	2.7 g		607 kcal	!	2.6 g	II .	631 kcal	!	_	量療	636 kcal		2.7 g
,	たんぱく質	_	ビタミンD	0.9 μg	たんぱく質	_	ビタミンD	7.0 μg	たんぱく質	_	ビタミンD		たんぱく質	_	ビタミンD		たんぱく質	_	ビタミンD		たんぱく質	_	ビタミンD		たんぱく質	_	ビタミンD	1.6 μg
ん 付	カルシウム	147 mg			カルシウム	320 mg			カルシウム	241 mg			カルシウム	320 mg			カルシウム	133 mg			カルシウム	408 mg			カルシウム	139 mg		
1 .	量療	387 kcal	塩分	2.6 g	計量	356 kcal	塩分	2.6 g	量療	297 kcal	塩分	2.9 g	熱量	300 kcal	塩分	2.7 g	熱量	347 kcal	塩分	2.5 g	熱量	372 kcal	塩分	2.9 g	熱量	376 kcal	塩分	2.7 g
か	たんぱく質	18.7 g	ビタミンD	0.9 μg	たんぱく質	20.1 g	ビタミンD	7.0 μg	たんぱく質	20.0 g	ビタミンD	1.4 μg	たんぱく質	19.9 g	ビタミンD	7.4 μg	たんぱく質	20.8 g	ビタミンD	0.4 μg	たんぱく質	21.0 g	ビタミンD	1.2 μg	たんぱく質	18.7 g	ビタミンD	1.6 μg
のみ	カルシウム	144 mg			カルシウム	317 mg			カルシウム	238 mg			カルシウム	317 mg			カルシウム	130 mg			カルシウム	405 mg			カルシウム	136 mg		

7月3(月)~7月7(余)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。

1 5	月3(月)~ /	/月/(金/)	ロ目ュークトルフ	人父 このハーシの表す	宣元は、リタミ株式会社
	7月3日(月)	7月4日(火)	7月5日(水)	7月6日(木)	7月7日(金)
+>	4.45		5日間コース		
お	白飯	ゆかりご飯(赤しそ) _{無し}	白飯 無L	白飯	夏ちらしご飯 卵・小麦・えび・かに・さば・大豆
弁	カレイの唐揚げ 中華あんか	牛肉と野菜のトマト煮		チキンカツ カレーソース ズッ	イワシの生姜煮
	け		豚肉の生姜焼き	キーニ添え	
当	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	_{小麦・牛肉・さば・大豆} マカロニとほうれん草の和風ボ	_{小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま} 白だし仕立てのほうれん草と里	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・牛肉・バナナ・豚肉・りんご 一 ロ スパイス の かいしき	小麦・さば・大豆・ごま
_	じゃが芋とひじきの煮物	ロネーゼ 小麦· 牛肉· 大豆・豚肉・ごま	芋の炊き合わせ 小麦・大豆・鶏肉・いか・さば	豆腐そぼろの炒り煮	七タゴーヤチャンプルー 小麦·大豆·鶏肉·豚肉·ごま
ワ製	白菜とくらげのナムル		蓮根とこんにゃくの金平	あおさポテトサラダ	シャキシャキごぼうサラダ
グロー	小麦・乳成分・大豆・ごま	M·小麦·えび·かに·さば·大豆	小麦・大豆・ごま	例 ・ 小麦・ 乳成分・ 大豆・ 鶏肉・ 豚肉・ ゼラチン	卵・小麦・乳成分・大豆・ごま
ワタミ株式会社	ブロッコリーのおかか和え	チンゲン菜と薄揚げの和え物	大根と人参の煮物	煮豆	切干大根のもろみ生姜煮
社	小麦·大豆 熱量 477 kcal 塩分 2.3 g	小麦·大豆 熱量 477 kcal 塩分 2.5 g		小麦·大豆·豚肉 熟量 538 kcal 塩分 2.1 g	小麦·大豆 熟量 517 kcal 塩分 3.4 g
	熱量 477 kcal 塩分 2.3 g たんぱく質 17.6 g 脂質 11.9 g 炭水化物 73.0 g	熱量 477 kcal 塩分 2.5 g たんぱく質 12.5 g 脂質 14.5 g 炭水化物 72.0 g	熱量 546 kcal 塩分 2.3 g たんぱく質 12.9 g 脂質 22.5 g 炭水化物 71.1 g	熟量 538 kcal 塩分 2.1 g たんぱく質 16.4 g 脂質 16.9 g 炭水化物 78.0 g	熱量 517 kcal 塩分 3.4 g たんぱく質 15.5 g 脂質 17.2 g 炭水化物 73.8 g
				:	七タコロッケ&鶏肉のトマト
お	鶏肉とゴーヤのチャンプルー	ヒレカツ※ソース小袋付	サバの味噌煮	牛すき煮	煮
0.5	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	小麦・さば・大豆・ごま	小麦・牛肉・大豆・鶏肉	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
か	春雨とチンゲン菜の中華風	枝豆のふわふわ豆腐	肉詰めいなりの煮物	カニカマの天ぷら※天つゆ小袋 付	ゆで野菜のサラダごまソース
ず	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	卵・小麦・えび・大豆・豚肉・鶏肉	卵·小麦·大豆·鶏肉·豚肉	卵・小麦・かに・大豆	小麦・乳成分・大豆・鶏肉・卵・ごま
9	乱切じゃが芋のサーモンフレー ク炒め	マカロニポテトサラダ	根菜の黒酢和え	こうや豆腐の彩りあんかけ	麻婆春雨
ワ製	小麦・乳成分・さけ・大豆・鶏肉・ りんご・ゼラチン	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン	小麦・大豆・ごま	小麦·大豆	小麦・落花生・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
タ 造	いんげんとコーンのマヨサラダ	切干大根の青じそサラダ	豆のごま和えサラダ	さつま芋サラダ	なすの揚げ浸し
株 式 	卵·小麦·大豆	卵・小麦・えび・かに・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	小麦・大豆・ごま	卵・小麦・大豆・ごま	小麦·大豆
ワタミ株式会社	煮豆	小松菜と薄揚げのお浸し	キャベツと高菜の炒め物	金平ごぼう	チンゲン菜と人参のナムル
	小麦·大豆·豚肉 熟量 401 kcal 塩分 2.8 g		小麦·大豆·鶏肉·豚肉·ごま 熱量 336 kcal 塩分 3.3 g	小麦·大豆·ごま 熱量 426 kcal 塩分 3.4 g	小麦・大豆・ごま 熟量 416 kcal 塩分 2.6 g
	たんぱく質 16.5 g 脂質 24.0 g 炭水化物 26.2 g	たんぱく質 14.3 g 脂質 29.7 g 炭水化物 30.0 g	たんぱく質 12.4 g 脂質 16.3 g 炭水化物 35.9 g	たんぱく質 15.5 g 脂質 23.7 g 炭水化物 36.1 g	たんぱく質 14.7 g 脂質 24.3 g 炭水化物 34.4 g
お	玉子焼きケチャップ甘酢あん	ヒレカツ※ソース小袋付	豚肉となすのポン酢炒め ゆ	牛すき煮	七タコロッケ&鶏肉のトマト
か	卵・かに・さば・大豆・りんご・ごま・小麦・えび	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	ず風味 小麦・大豆・豚肉・ゼラチン	小麦·牛肉·大豆·鶏肉	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
3		エビと絹揚げのそぼろ炒め煮		赤魚の煮付け	イカと豚肉の磯辺炒め
5	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま・えび	小麦・さば・大豆・ごま	小麦·大豆	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま・いか
ずダブ	春雨とチンゲン菜の中華風	マカロニポテトサラダ	根菜の黒酢和え	こうや豆腐の彩りあんかけ	麻婆春雨
	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン	小麦・大豆・ごま	小麦·大豆	小麦・落花生・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
ル	いんげんとコーンのマヨサラダ	切干大根の青じそサラダ	豆のごま和えサラダ	さつま芋サラダ	なすの揚げ浸し
ワ製タ造	卵·小麦·大豆	卵・小麦・えび・かに・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	小麦・大豆・ごま	卵・小麦・大豆・ごま	小麦·大豆
ワタミ株式会社	煮豆	小松菜と薄揚げのお浸し	キャベツと高菜の炒め物	金平ごぼう	チンゲン菜と人参のナムル
式 会	小麦·大豆·豚肉 熱量 474 kcal 塩分 3.4 g	小麦·大豆 熟量 505 kcal 塩分 3.5 g	小麦·大豆·鶏肉·豚肉·ごま 熱量 458 kcal 塩分 3.6 g		小麦·大豆·ごま 熟量 589 kcal 塩分 3.3 g
社	たんぱく質 19.7 g 脂質 28.2 g 炭水化物 31.1 g	たんぱく質 21.6 g 脂質 30.6 g 炭水化物 35.1 g	たんぱく質 15.2 g 脂質 26.2 g 炭水化物 42.9 g	たんぱく質 20.0 g 脂質 27.2 g 炭水化物 35.9 g	たんぱく質 23.1 g 脂質 39.4 g 炭水化物 34.9 g
お	カレイの唐揚げ 中華あんか	牛肉と野菜のトマト煮	豚肉の生姜焼き	チキンカツ カレーソース ズッ	イワシの生姜煮
7)	け 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	小麦・牛肉・さば・大豆	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	キー二添え 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・牛肉・バナナ・豚肉・りんご	小麦・さば・大豆・ごま
かず手	じゃが芋とひじきの煮物	マカロニとほうれん草の和風ボロネーゼ	白だし仕立てのほうれん草と里芋の	豆腐そぼろの炒り煮	七夕ゴーヤチャンプルー
	小麦・大豆・りんご・ゼラチン	小麦・牛肉・大豆・豚肉・ごま	炊き合わせ 小麦・大豆・鶏肉・いか・さば	小麦・大豆	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
丁	白菜とくらげのナムル	もずく入り春雨サラダ	蓮根とこんにゃくの金平	あおさポテトサラダ	シャキシャキごぼうサラダ
鞠	小麦・乳成分・大豆・ごま	卵・小麦・えび・かに・さば・大豆	小麦・大豆・ごま	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン	卵・小麦・乳成分・大豆・ごま
ワ製し	ブロッコリーのおかか和え _{小麦・大豆}	チンゲン菜と薄揚げの和え物 _{小麦・大豆}	大根と人参の煮物 _{小麦・大豆}	煮豆 小麦·大豆·豚肉	切干大根のもろみ生姜煮
株士	熱量 225 kcal 塩分 2.2 g	熱量 224 kcal 塩分 2.2 g	熱量 294 kcal 塩分 2.2 g	熱量 286 kcal 塩分 2.0 g	熱量 270 kcal 塩分 2.2 g
ワタミ株式会 社	たんぱく質 13.4 g 脂質 10.8 g 炭水化物 18.8 g	たんぱく質 8.3 g 脂質 13.4 g 炭水化物 17.7 g	たんぱく質 8.7 g 脂質 21.5 g 炭水化物 16.9 g	たんぱく質 12.2 g 脂質 15.9 g 炭水化物 23.9 g	たんぱく質 12.6 g 脂質 15.9 g 炭水化物 19.4 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下さい。
- * 都合によりメニューを変更させていただくことがございます。
- * 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・くるみ -指定原料に準ずるもの:あわび・いか・オレンジ・キューイフルーツ・牛肉・さけ・さ ば・大豆・鶏肉・パナナ・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。

「夕食宅配ここくる」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・お弁当こばこ・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。

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、洗ってお返しください。

次週の中止・変更の締切は

7月5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。

くお問合せ・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。





笑顔<mark>で</mark>つながる

26 おかず『華』献立表

7月3日(月)~7月7日(金)

製造元:広島駅弁当株式会社

7月3日(月)	7月4日(火)	7月5日(水)	7月6日(木)	7月7日(金)
豚肉と白菜のこってり煮	サバ揚げなすのピリ辛あん	鶏肉の香り揚げオーロラソー ス	赤魚塩焼き柚子味噌かけ	アジ天ぷら/かき揚
サワラのきのこあんかけ	蓮根と鶏肉炒め	ホキの和風マリネ	肉団子と卵の中華炒め	八宝菜
山菜と油揚げの煮物	厚揚げの卵とじ	麻婆豆腐	白菜煮浸し	じゃが芋と薩摩揚げの炒り煮
青梗菜ごま和え	切干大根酢物	春菊と薩摩揚げ炒め煮	大根梅かつお和え	小松菜煮浸し
大豆とさつま芋煮	オクラ梅かつお和え	ジャーマンポテトサラダ	青梗菜のとろみ煮	金平ごぼう
切干大根と胡瓜の青しそドレッシング	ポテトサラダ	ほうれん草ツナ炒め	カニ風味キャベツサラダ	ブロッコリーピーナツ和え
春雨の酢物	小松菜としらす煮浸し	はすのさんばい(山口郷土)	紅葉豆腐煮	黒酢中華春雨
おかず昆布	パインシロップ漬け	白花豆	春菊のえのき浸し/りんごシロップ漬け	わらび餅
(小麦・ごま・大豆・豚肉・鶏肉)	(小麦・えび・大豆・鶏肉・さば・卵・り んご・かに)	(小麦・落花生・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・乳製品・卵・りんご)	ば・かに)	(小麦・ごま・大豆・卵・乳製品・牛肉・ 鶏肉・豚肉・ゼラチン・えび・落花生)
熱量 355 kcal 19.4 g 19.4 g 11.8 g は 27.9 g カルシウム 111 mg カリウム 561 mg 塩分 3.5 g	熱量 422 kcal たんぱく質 18.9 g 脂質 25.7 g 炭水化物 29.9 g カルシウム 115 mg カリウム 593 mg 塩分 3.0 g	熱量 528 kcal たんぱく質 24.3 g 脂質 29.9 g 炭水化物 37.1 g カルシウム 104 mg カリウム 685 mg 塩分 3.0 g	熱量 397 kcal 18.4 g 18.2 g 19.2 g	熱量 427 kcal たんぱく質 15.7 g 脂質 17.1 g 炭水化物 41.8 g カルシウム 102 mg カリウム 621 mg 塩分 2.8 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下さい。*都合によりメニューを変更させていただくことがございます。

*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

7月5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。 くお問合せ・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。





60120-272-428

受付:月~金 9:00~18:00