

5月12日(月)～5月18日(日) 5・7日間コース献立表

このページの製造元は、下関アグリフードサービス株式会社です。

お弁当和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

製造
下関アグリフードサービス

5月12日(月)				5月13日(火)				5月14日(水)				5月15日(木)				5月16日(金)				5月17日(土)				5月18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 豚すきやき煮 アジ大葉フライ いんげんさつま揚げ煮 オクラごま和え 小麦・ごま・大豆・豚肉				白飯/黒ごま 黒メバル山椒焼き 南瓜のそぼろ煮 しろ菜ごま和え 枝豆のおかか和え 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン				かやく飯/青のり 豚肉のプルコギ 小松菜卵炒め 大根と挽肉旨味炒め煮 スパゲティサラダ 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン				白飯/ゆかり サバ塩焼き 豚肉と里芋のごま煮込み ごぼうとウィンナーの金平 ブロッコリーツナサラダ 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン				白飯/黒ごま 酢豚 白身魚のふわらか天 のっぺい風煮(山口郷土) 白菜彩り和え 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン				白飯/白ごま タラの甘酢あんかけ ビーフシチュー ほうれん草ツナソテー わかめの炒り煮 小麦・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉				白飯/ゆかり サーモンマヨカツ 煮物盛り合わせ 青梗菜ごま和え 春雨の酢物 えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さけ・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン			
熱量	472 kcal	塩分	2.2 g	熱量	411 kcal	塩分	2.0 g	熱量	475 kcal	塩分	3.5 g	熱量	509 kcal	塩分	2.1 g	熱量	468 kcal	塩分	2.1 g	熱量	478 kcal	塩分	1.7 g	熱量	483 kcal	塩分	2.1 g
たんぱく質	13.9 g	脂質	13.2 g	たんぱく質	17.6 g	脂質	8.0 g	たんぱく質	16.5 g	脂質	14.7 g	たんぱく質	17.2 g	脂質	20.7 g	たんぱく質	12.4 g	脂質	14.9 g	たんぱく質	15.9 g	脂質	13.6 g	たんぱく質	11.5 g	脂質	14.2 g
炭水化物	75.9 g	カルシウム	70 mg	炭水化物	69.9 g	カルシウム	131 mg	炭水化物	70.0 g	カルシウム	92 mg	炭水化物	63.6 g	カルシウム	75 mg	炭水化物	72.5 g	カルシウム	63 mg	炭水化物	76.6 g	カルシウム	48 mg	炭水化物	79.4 g	カルシウム	69 mg
カリウム	312 mg			カリウム	546 mg			カリウム	419 mg			カリウム	338 mg			カリウム	277 mg			カリウム	400 mg			カリウム	218 mg		

おかず咲

製造
下関アグリフードサービス

豚肉と厚揚げの和風カレー			赤魚の煮付け			肉じゃが			アジの中華あんかけ			天ぷら盛り合わせ			豚肉と野菜の塩タレ炒め			赤魚天ぷら									
コロッケ			麻婆春雨			かにのふわふわ豆腐野菜あんかけ			大平（山口郷土）			大豆と豚ミンチとろみ煮みそ風味			ひじき煮			春雨中華炒め									
糸こんにゃくのたらこ煮			白菜煮浸し			キャベツと炒り卵のサラダ			オクラと人参和え物			じゃが芋とベーコン煮			ほうれん草錦糸和え			白菜ごま酢和え									
ほうれん草煮浸し			枝豆のおかか和え			青梗菜ソテー			春雨サラダ			スパゲティサラダ			エビチリ			ポテトサラダ									
小麦・乳成分・ごま・大豆・豚肉			えび・かに・小麦・卵・乳成分・落花生・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン			小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン			えび・小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン			えび・かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン			えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン			小麦・卵・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン									
熱量	287 kcal	塩分	2.1 g	熱量	304 kcal	塩分	3.0 g	熱量	239 kcal	塩分	2.8 g	熱量	343 kcal	塩分	2.4 g	熱量	357 kcal	塩分	2.5 g	熱量	252 kcal	塩分	2.5 g	熱量	325 kcal	塩分	1.9 g
たんぱく質	13.3 g	脂質	15.1 g	たんぱく質	15.9 g	脂質	17.9 g	たんぱく質	9.3 g	脂質	11.9 g	たんぱく質	16.4 g	脂質	18.4 g	たんぱく質	12.7 g	脂質	23.0 g	たんぱく質	14.1 g	脂質	15.0 g	たんぱく質	12.7 g	脂質	17.9 g
炭水化物	25.6 g	カルシウム	55 mg	炭水化物	22.2 g	カルシウム	61 mg	炭水化物	26.5 g	カルシウム	64 mg	炭水化物	29.4 g	カルシウム	79 mg	炭水化物	26.8 g	カルシウム	54 mg	炭水化物	17.1 g	カルシウム	57 mg	炭水化物	31.7 g	カルシウム	101 mg
カリウム	342 mg			カリウム	423 mg			カリウム	388 mg			カリウム	377 mg			カリウム	274 mg			カリウム	556 mg			カリウム	418 mg		

おかず舞

製造
下関アグリフードサービス

豚肉のスタミナ炒め				白身フライ				チキン南蛮				赤魚のトマトソースかけ				サワラ竜田揚げ				ハンバーグ				ホキの野菜あんかけ			
オムレツのハヤシソースかけ				回鍋肉				のっぺい風煮(山口郷土)				大根と大根葉煮浸し				大豆と豚ミンチとろみ煮みそ風味				大豆トマト煮				八宝菜			
いんげんさつま揚げ煮				じゃが芋とベーコン煮				青梗菜ソテー				ほうれん草お浸し				いんげんソテー				なすのはさみ揚げ天				じゃが芋の炒り煮			
大根ツナサラダ				しろ菜ごま和え				さつま芋サラダ				卵と人参のソテー				ひじきとニラの煮物				ほうれん草錦糸和え				小松菜炒め煮			
枝豆と竹輪の明太マヨ和え				海老とブロッコリー塩だれ炒め				オクラとツナ和え				ごぼうサラダ				ほうれん草チーズ洋風和え				さつま芋金平				マカロニサラダ			
桜漬け				五目生酢				金時豆				大豆煮				ピリ辛こんにゃく				カリフラワーサラダ				白花豆			
小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご				えび・小麦・卵・乳成分・落花生・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン				小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン				小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご				かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉				小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン				えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン			
熱量	347 kcal	塩分	3.5 g	熱量	387 kcal	塩分	2.7 g	熱量	480 kcal	塩分	2.8 g	熱量	379 kcal	塩分	2.8 g	熱量	338 kcal	塩分	3.0 g	熱量	399 kcal	塩分	3.2 g	熱量	343 kcal	塩分	2.3 g
たんぱく質	17.7 g	脂質	21.8 g	たんぱく質	14.0 g	脂質	23.5 g	たんぱく質	17.5 g	脂質	30.8 g	たんぱく質	14.4 g	脂質	22.6 g	たんぱく質	17.3 g	脂質	22.2 g	たんぱく質	14.9 g	脂質	25.2 g	たんぱく質	14.0 g	脂質	16.4 g
炭水化物	21.8 g	カルシウム	58 mg	炭水化物	32.4 g	カルシウム	103 mg	炭水化物	35.4 g	カルシウム	108 mg	炭水化物	31.8 g	カルシウム	91 mg	炭水化物	20.6 g	カルシウム	115 mg	炭水化物	29.1 g	カルシウム	92 mg	炭水化物	37.5 g	カルシウム	59 mg
カリウム	552 mg			カリウム	511 mg			カリウム	422 mg			カリウム	595 mg			カリウム	586 mg			カリウム	574 mg			カリウム	402 mg		

お弁当こば

製造
下関アグリフードサービス

白飯 豚すきやき煮 いんげんさつま揚げ煮 大根ツナサラダ 小麦・大豆・豚肉			白飯 黒メバル山椒焼き 南瓜のそぼろ煮 五目生酢 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン			白飯 豚肉のプルコギ 小松菜卵炒め スパゲティサラダ 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン			白飯 サバ塩焼き 豚肉と里芋のごま煮込み ブロッコリーツナサラダ 小麦・卵・ごま・さば・大豆・豚肉・りんご			白飯 酢豚 のっぺい風煮(山口郷土) 白菜の彩り和え 小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン			白飯 タラの甘酢あんかけ ほうれん草ツナソテー わかめの炒り煮 小麦・乳成分・ごま・大豆・鶏肉			白飯 サーモンマヨカツ 煮物盛り合わせ 青梗菜ごま和え えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さけ・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン									
熱量	321 kcal	塩分	1.9 g	熱量	330 kcal	塩分	1.5 g	熱量	380 kcal	塩分	1.7 g	熱量	436 kcal	塩分	1.5 g	熱量	327 kcal	塩分	1.6 g	熱量	377 kcal	塩分	1.4 g	熱量	398 kcal	塩分	1.5 g
たんぱく質	10.2 g	脂質	5.7 g	たんぱく質	14.0 g	脂質	5.6 g	たんぱく質	12.6 g	脂質	12.5 g	たんぱく質	15.4 g	脂質	17.7 g	たんぱく質	11.0 g	脂質	6.2 g	たんぱく質	13.4 g	脂質	11.5 g	たんぱく質	10.1 g	脂質	12.1 g
炭水化物	58.6 g	カルシウム	42 mg	炭水化物	57.7 g	カルシウム	58 mg	炭水化物	54.8 g	カルシウム	65 mg	炭水化物	53.3 g	カルシウム	66 mg	炭水化物	58.3 g	カルシウム	37 mg	炭水化物	56.9 g	カルシウム	41 mg	炭水化物	64.3 g	カルシウム	64 mg
カリウム	258 mg			カリウム	360 mg			カリウム	221 mg			カリウム	227 mg			カリウム	226 mg			カリウム	399 mg			カリウム	200 mg		

5月12日(月)～5月18日(日) 5・7日間コース献立表

このページの製造元は、おかずはワタミ株式会社、他は下関アグリフードサービス株式会社です。

明日の食卓

製造
下関アグリフードサービス

5月12日(月)		5月13日(火)		5月14日(水)		5月15日(木)		5月16日(金)		5月17日(土)		5月18日(日)																
5・7日間コース										7日間コースの方のみお届け																		
サワラの西京焼き		鶏肉の山椒風味焼き		サバの塩焼き		豚肉と春雨の炒め物		白身魚のフライ		鶏肉の塩だれ炒め		イワシの梅煮																
キャベツと桜エビのカレー炒め		南瓜のいとこ煮		さつま芋のレモン風味煮		小松菜とイカの生姜浸し		ソース鶏じゃが		煮物盛り合わせ		キャベツのクリーム煮																
ブロッコリーのごま浸し		白和え ごま風味		ひじきのそぼろ煮		南瓜のきな粉和え		蒲鉾とわかめの生姜酢和え		きゅうりの酢の物		人参とツナの和え物																
根菜の炒り煮		人参のナポリタン風		青梗菜の梅マヨ和え		豆腐の真砂煮		インゲンと豆腐の甜面醬炒め		三目豆		高野豆腐の味噌煮																
さつま芋のサラダ		インゲンのツナマヨ和え		白花豆煮		カリフラワーのオーロラソース和え		大根サラダ		菜の花サラダ		マカロニのイタリアンサラダ																
えび・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・りんご		小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・りんご		えび・かに・小麦・卵・乳成分・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご		小麦・卵・乳成分・いか・ごま・大豆・豚肉・りんご		小麦・卵・乳成分・落花生・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン																
ごはん付 おかず	熱量	600 kcal	塩分	2.8 g	熱量	642 kcal	塩分	2.7 g	熱量	648 kcal	塩分	2.4 g	熱量	570 kcal	塩分	3.0 g	熱量	596 kcal	塩分	2.7 g	熱量	651 kcal	塩分	3.0 g	熱量	589 kcal	塩分	2.7 g
	たんぱく質	25.9 g	ビタミンD	5.9 μg	たんぱく質	26.4 g	ビタミンD	1.7 μg	たんぱく質	19.1 g	ビタミンD	5.4 μg	たんぱく質	25.0 g	ビタミンD	0.5 μg	たんぱく質	21.0 g	ビタミンD	1.2 μg	たんぱく質	28.1 g	ビタミンD	2.2 μg	たんぱく質	25.7 g	ビタミンD	11.7 μg
	カルシウム	322 mg			カルシウム	291 mg			カルシウム	101 mg			カルシウム	291 mg			カルシウム	250 mg			カルシウム	248 mg			カルシウム	309 mg		
	熱量	359 kcal	塩分	2.7 g	熱量	401 kcal	塩分	2.6 g	熱量	408 kcal	塩分	2.3 g	熱量	329 kcal	塩分	3.0 g	熱量	355 kcal	塩分	2.7 g	熱量	410 kcal	塩分	2.9 g	熱量	348 kcal	塩分	2.7 g
	たんぱく質	21.7 g	ビタミンD	5.9 μg	たんぱく質	22.3 g	ビタミンD	1.7 μg	たんぱく質	14.9 g	ビタミンD	5.4 μg	たんぱく質	20.8 g	ビタミンD	0.5 μg	たんぱく質	16.8 g	ビタミンD	1.2 μg	たんぱく質	23.9 g	ビタミンD	2.2 μg	たんぱく質	21.6 g	ビタミンD	11.7 μg
	カルシウム	318 mg			カルシウム	287 mg			カルシウム	98 mg			カルシウム	288 mg			カルシウム	247 mg			カルシウム	245 mg			カルシウム	305 mg		

おかず華

製造
下関アグリフードサービス

5月12日(月)				5月13日(火)				5月14日(水)				5月15日(木)				5月16日(金)			
5日間コース																			
豚すきやき煮				黒メバル山椒焼き				豚肉のブルコギ				サバ塩焼き				酢豚			
アジ大葉フライ				豚肉と春雨の炒め物				カレイ唐揚げのあんかけ				豚肉と里芋のごま煮込み				白身魚ふわらか天			
いんげんさつま揚げ煮				南瓜のそぼろ煮				ひじき煮				えびしんじょ天ぷら				のっぺい風煮(山口郷土)			
枝豆と竹輪の明太マヨ和え				枝豆のおかか和え				大根と挽肉旨味炒め煮				ほうれん草お浸し				さつま芋金平			
ほうれん草煮浸し				卵サラダ				小松菜卵炒め				ごぼうとウィンナーの金平				ひじきとニラの煮物			
大根ツナサラダ				しろ菜ごま和え				スパゲティサラダ				ブロッコリーツナサラダ				アスパラコーンサラダ			
オクラごま和え				揚げシュウマイ				オクラとツナ和え				胡瓜の酢物				白菜彩り和え			
黒豆				五目生酢				金時豆				桜漬け				白花豆			
小麦・卵・ごま・大豆・豚肉・りんご				えび・かに・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン				小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン				えび・かに・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン				小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン			
熱量	394 kcal	塩分	3.6 g	熱量	377 kcal	塩分	3.3 g	熱量	406 kcal	塩分	3.7 g	熱量	400 kcal	塩分	3.3 g	熱量	402 kcal	塩分	3.2 g
たんぱく質	17.7 g	脂質	19.6 g	たんぱく質	20.2 g	脂質	21.3 g	たんぱく質	20.1 g	脂質	22.4 g	たんぱく質	16.5 g	脂質	28.0 g	たんぱく質	14.0 g	脂質	20.5 g
炭水化物	38.7 g	カルシウム	105 mg	炭水化物	29.4 g	カルシウム	133 mg	炭水化物	32.7 g	カルシウム	134 mg	炭水化物	20.9 g	カルシウム	163 mg	炭水化物	43.8 g	カルシウム	99 mg
カリウム	575 mg			カリウム	717 mg			カリウム	534 mg			カリウム	498 mg			カリウム	479 mg		

おかず

製造
ワタミ株式会社

白身魚のもろみ味噌だれ				豚肉と小松菜の玉子中華炒め				アジの醤油焼き				鶏肉のねぎ塩だれ				マクロハンバーグ おろしポン酢のせ			
小麦・さば・大豆				卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま				卵・小麦・乳成分・大豆・ごま				小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま				小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン			
豚肉とこんにゃくの炒め物				海鮮しゅうまい				じゃが芋とすり身団子の和風きのこソースがけ				豚肉とキャベツのクリーム煮				南瓜のミートソースがけ			
小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま				卵・小麦・えび・いか・大豆・豚肉				小麦・卵・乳成分・えび・大豆・豚肉				小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉				卵・小麦・大豆・乳成分・牛肉・鶏肉・豚肉			
大豆と野菜の炒め物				ブロッコリーとコーンのソテー				ひき肉とチンゲン菜の炒め物				ほうれん草と薄揚げの和え物				人参とグリーンピースのマヨサラダ			
小麦・大豆				小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま				小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま				小麦・さば・大豆				卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉			
真砂のマカロニサラダ				切干大根の青じそサラダ				キャベツとレーズンの甘酢和え				さつま芋とハムのごまマヨサラダ				ひじきと丸天の炒り煮			
卵・小麦・大豆・ゼラチン				卵・小麦・えび・かに・大豆・鶏肉・豚肉・りんご				小麦				卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉・ごま				卵・小麦・大豆			
キャベツのカレー炒め				白菜と人参の中華和え				枝豆のパペロンチーノ風				切干大根のトマト風味				三色煮豆			
小麦・大豆				小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま				大豆				乳成分・大豆・豚肉				小麦・大豆・ゼラチン			
熱量	386 kcal	塩分	2.2 g	熱量	422 kcal	塩分	2.6 g	熱量	354 kcal	塩分	2.3 g	熱量	419 kcal	塩分	2.7 g	熱量	376 kcal	塩分	2.4 g
たんぱく質	15.5 g	脂質	26.1 g	たんぱく質	13.0 g	脂質	31.2 g	たんぱく質	18.1 g	脂質	19.2 g	たんぱく質	17.5 g	脂質	29.6 g	たんぱく質	12.9 g	脂質	20.3 g
炭水化物	23.0 g			炭水化物	24.2 g			炭水化物	28.6 g			炭水化物	22.4 g			炭水化物	37.4 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。

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・キウイフルーツ・牛肉・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。

「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・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・おかず豊・明日の食卓・おかず咲: 下関アグリフードサービス製造分)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: 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、洗ってお返してください。
- ・ご家庭で廃棄していただいても結構です。

次週の中止・変更の締切は

5月14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。

コプやまぐち 電話 0120-272-428

受付: 月～金 9:00～18:00

5月12日(月)	5月13日(火)	5月14日(水)	5月15日(木)	5月16日(金)	5月17日(土)	5月18日(日)
5・7日間コース					7日間コースの方のみお届け	
豚肉と春雨のチャップチェ	アジの天ぷらレモン風味甘酢あんかけ	豚肉の生姜焼き	ホキのごま焼き	鶏肉の甜麺醬マヨ炒め	赤魚の照り焼き	ヒレカツ
メバルの和風あんかけ	鶏肉のすき焼き	絹揚げとイカのチリソース煮	ミニチキン竜田	カレイのさっぱりみぞれあん	春巻きと揚げ餃子	シーフードカレー
クリームコロッケ	マカロニのケチャップ炒め	南瓜のいとこ煮	じゃが芋のカレー風味煮	高野豆腐の卵とじ	カリフラワーのトマト煮	鶏大根煮
高野豆腐の含め煮	さつま芋のごま和え	ツナとマカロニのサラダ	ひじきと蓮根のサラダ	春雨の韓国風サラダ	青梗菜とカニカマの煮浸し	キャベツとチーズのサラダ
白菜のぽん酢マヨネーズ和え	なす甘酢あんかけ	大根なます	きゅうりの青じそドレッシング和え	白菜と竹輪のさっと煮	南瓜の粉チーズ和え	人参のさっぱりサラダ
えび・かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・豚肉・りんご・ゼラチン	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	小麦・卵・乳成分・いか・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	かに・小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン	えび・かに・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	えび・小麦・卵・乳成分・いか・ごま・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご
熱量 399 kcal たんぱく質 23.2 g 脂質 21.5 g 炭水化物 29.7 g 塩分 3.1 g	熱量 407 kcal たんぱく質 22.8 g 脂質 18.3 g 炭水化物 39.9 g 塩分 3.1 g	熱量 373 kcal たんぱく質 23.3 g 脂質 17.8 g 炭水化物 31.9 g 塩分 3.0 g	熱量 375 kcal たんぱく質 22.5 g 脂質 19.3 g 炭水化物 29.7 g 塩分 3.1 g	熱量 381 kcal たんぱく質 27.5 g 脂質 20.3 g 炭水化物 22.6 g 塩分 3.0 g	熱量 440 kcal たんぱく質 19.7 g 脂質 23.4 g 炭水化物 40.3 g 塩分 3.2 g	熱量 426 kcal たんぱく質 19.3 g 脂質 24.1 g 炭水化物 33.2 g 塩分 3.1 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
5月14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