

# 6月9日(月)～6月15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  
明日の食卓ごはん付きの量は150g基準です。白米：国産

お弁当当  
製造  
下関アグリフードサービス

6月9日(月)		6月10日(火)		6月11日(水)		6月12日(木)		6月13日(金)		6月14日(土)		6月15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 豚肉と厚揚げの和風カレー なすなべしぎ 糸こんにゃく和え ほうれん草煮浸し 小麦・ごま・大豆・豚肉		白飯/黒ごま 赤魚と白菜のだし醤油煮 麻婆春雨 卵サラダ 枝豆のおかか和え 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		菜飯/白ごま 肉じゃが かにかのふわふわ豆腐煮野菜あんかけ キャベツと炒り玉子のサラダ 青梗菜煮浸し 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		白飯/白ごま 赤魚の中華あんかけ 大平(山口郷土) オクラと人参の和え物 春雨サラダ えび・小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		白飯/ゆかり 天ぷら盛り合わせ 大豆と豚ミンチのトロみ煮みそ風味 じゃが芋とベーコン煮 カニ風味スパサラダ 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		白飯/白ごま 豚肉と野菜の塩タレ炒め ひじき煮 エビチリ 胡瓜の酢物 えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		白飯/黒ごま 赤魚の塩焼き 菜の花春雨中華炒め ポテトサラダ 白菜ごま酢和え 小麦・卵・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン															
熱量	401 kcal	塩分	2.1 g	熱量	427 kcal	塩分	2.2 g	熱量	438 kcal	塩分	3.0 g	熱量	540 kcal	塩分	2.5 g	熱量	571 kcal	塩分	2.3 g	熱量	516 kcal	塩分	2.1 g	熱量	410 kcal	塩分	1.5 g
たんぱく質	12.7 g	脂質	9.4 g	たんぱく質	16.9 g	脂質	10.0 g	たんぱく質	11.7 g	脂質	12.3 g	たんぱく質	18.4 g	脂質	18.8 g	たんぱく質	15.6 g	脂質	23.3 g	たんぱく質	15.0 g	脂質	18.9 g	たんぱく質	15.2 g	脂質	7.8 g
炭水化物	67.5 g	カルシウム	49 mg	炭水化物	69.4 g	カルシウム	56 mg	炭水化物	71.8 g	カルシウム	64 mg	炭水化物	75.7 g	カルシウム	73 mg	炭水化物	76.6 g	カルシウム	54 mg	炭水化物	73.2 g	カルシウム	62 mg	炭水化物	71.9 g	カルシウム	86 mg
カリウム	322 mg			カリウム	374 mg			カリウム	319 mg			カリウム	365 mg			カリウム	236 mg			カリウム	449 mg			カリウム	409 mg		

おかず咲  
製造  
下関アグリフードサービス

オムレツのハヤシソース じゃが芋炒め煮 小松菜としらす煮浸し マカロニ香味サラダ/カリフラワー甘酢和え かに・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉		サバの梅風味だれ 切干大根と高菜の炒め物 大平(山口郷土) ほうれん草菜種和え 小麦・卵・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		とんかつ味噌カツソース 高野と人参の煮物 春菊のピーナツ和え オクラおかか和え 小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・豚肉		タラのクリームソースかけ じゃが芋肉味噌がらめ 小松菜と厚揚げの煮物 春雨サラダ かに・小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご		豚肉と野菜のあんどう 鶏ごぼう金平 花形豆腐煮 ほうれん草チーズ和え かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉		サバ照焼き 青梗菜かにかま炒め なすとひき肉の炒め物 カリフラワーサラダ 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		赤魚ゆかり揚げ 海老とブロッコリー炒め物 じゃが芋のたらこ煮 蒲鉾の酢物 えび・小麦・卵・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン															
熱量	351 kcal	塩分	2.6 g	熱量	367 kcal	塩分	2.7 g	熱量	342 kcal	塩分	3.4 g	熱量	259 kcal	塩分	1.7 g	熱量	237 kcal	塩分	2.9 g	熱量	278 kcal	塩分	2.7 g	熱量	259 kcal	塩分	2.1 g
たんぱく質	11.7 g	脂質	22.8 g	たんぱく質	13.9 g	脂質	24.6 g	たんぱく質	12.8 g	脂質	17.0 g	たんぱく質	11.6 g	脂質	16.0 g	たんぱく質	11.5 g	脂質	12.9 g	たんぱく質	12.2 g	脂質	17.6 g	たんぱく質	13.0 g	脂質	12.8 g
炭水化物	27.1 g	カルシウム	95 mg	炭水化物	21.8 g	カルシウム	104 mg	炭水化物	35.8 g	カルシウム	126 mg	炭水化物	19.5 g	カルシウム	106 mg	炭水化物	21.5 g	カルシウム	143 mg	炭水化物	17.4 g	カルシウム	92 mg	炭水化物	25.3 g	カルシウム	84 mg
カリウム	319 mg			カリウム	368 mg			カリウム	272 mg			カリウム	493 mg			カリウム	444 mg			カリウム	482 mg			カリウム	603 mg		

おかず舞  
製造  
下関アグリフードサービス

鶏肉のごま味噌煮 カニと豆腐のふんわり天 きのことわかめの卵とじ ほうれん草煮浸し マカロニサラダ 黒豆 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		赤魚のゆかり揚げ ナポリタン 大平(山口郷土) 小松菜としらす煮浸し 胡瓜の酢物 卵サラダ かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご		天ぷら盛り合わせ チャンポン風野菜炒め 青梗菜煮浸し 大豆と昆布の煮物 玉葱ツナサラダ 切干大根の酢物 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		豚すきやき煮 じゃが芋のたらこ煮 小松菜ソテー 揚げ餃子 オクラと人参の和え物 白花豆 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉		アジ香味焼き 高野と人参の煮物 小松菜中華炒め 酢れんこん 南瓜ごまサラダ チキンナゲット えび・かに・小麦・卵・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		鶏唐揚げ 黒メバル柚庵焼き スクランブルエッグ 青梗菜かにかま炒め 胡瓜の酢物 スパゲティサラダ 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		タラの磯辺天/揚げじゃが 豚肉と厚揚げの甘煮 筑前煮 青梗菜ソテー 黒酢中華春雨 南瓜サラダ 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン															
熱量	439 kcal	塩分	3.6 g	熱量	344 kcal	塩分	2.9 g	熱量	405 kcal	塩分	3.2 g	熱量	355 kcal	塩分	3.7 g	熱量	321 kcal	塩分	3.9 g	熱量	372 kcal	塩分	2.8 g	熱量	378 kcal	塩分	2.7 g
たんぱく質	18.6 g	脂質	28.4 g	たんぱく質	14.8 g	脂質	19.0 g	たんぱく質	15.5 g	脂質	23.3 g	たんぱく質	14.1 g	脂質	15.1 g	たんぱく質	19.2 g	脂質	16.1 g	たんぱく質	19.0 g	脂質	23.3 g	たんぱく質	16.4 g	脂質	21.0 g
炭水化物	29.8 g	カルシウム	95 mg	炭水化物	30.3 g	カルシウム	104 mg	炭水化物	34.4 g	カルシウム	126 mg	炭水化物	44.7 g	カルシウム	106 mg	炭水化物	28.5 g	カルシウム	143 mg	炭水化物	23.0 g	カルシウム	92 mg	炭水化物	33.8 g	カルシウム	84 mg
カリウム	319 mg			カリウム	308 mg			カリウム	272 mg			カリウム	493 mg			カリウム	444 mg			カリウム	481 mg			カリウム	603 mg		

お弁当こぼご  
製造  
下関アグリフードサービス

白飯 豚肉と厚揚げの和風カレー なすなべしぎ ほうれん草煮浸し 小麦・大豆・豚肉		白飯 赤魚と白菜のだし醤油煮 麻婆春雨 卵サラダ 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		白飯 肉じゃが カニのふわふわ豆腐煮野菜あんかけ キャベツと炒り玉子のサラダ 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		白飯 赤魚の中華あんかけ 大平(山口郷土) オクラと人参の和え物 えび・小麦・ごま・大豆・鶏肉		白飯 天ぷら盛り合わせ 大豆と豚ミンチのトロみ煮みそ風味 カニ風味スパサラダ えび・かに・小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		白飯 豚肉と野菜の塩タレ炒め ひじき煮 ほうれん草錦糸和え 小麦・卵・ごま・大豆・豚肉・ゼラチン		白飯 赤魚の塩焼き 菜の花春雨中華炒め ポテトサラダ 小麦・卵・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン															
熱量	333 kcal	塩分	1.5 g	熱量	361 kcal	塩分	2.2 g	熱量	363 kcal	塩分	1.9 g	熱量	397 kcal	塩分	1.9 g	熱量	510 kcal	塩分	1.7 g	熱量	365 kcal	塩分	2.1 g	熱量	343 kcal	塩分	1.4 g
たんぱく質	10.4 g	脂質	8.5 g	たんぱく質	13.8 g	脂質	8.7 g	たんぱく質	9.1 g	脂質	11.2 g	たんぱく質	14.4 g	脂質	11.8 g	たんぱく質	14.5 g	脂質	22.3 g	たんぱく質	13.9 g	脂質	8.8 g	たんぱく質	13.6 g	脂質	7.6 g
炭水化物	54.7 g	カルシウム	28 mg	炭水化物	58.6 g	カルシウム	37 mg	炭水化物	58.2 g	カルシウム	26 mg	炭水化物	60.4 g	カルシウム	58 mg	炭水化物	63.8 g	カルシウム	46 mg	炭水化物	59.9 g	カルシウム	56 mg	炭水化物	57.1 g	カルシウム	50 mg
カリウム	317 mg			カリウム	250 mg			カリウム	173 mg			カリウム	274 mg			カリウム	299 mg			カリウム	465 mg			カリウム	287 mg		

# 6月9日(月)～6月15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

6月9日(月)		6月10日(火)		6月11日(水)		6月12日(木)		6月13日(金)		6月14日(土)		6月15日(日)			
5・7日間コース												7日間コースの方のみお届け			
マスの塩こうじ焼き		鶏肉のカレー風味焼き		麻婆豆腐		ハンバーグバーのベキューソースかけ		カレイの磯辺天ぷら		鶏肉の甜面醤マヨ炒め		ホッケの塩焼き			
豆腐の中華煮		しろ菜のゆず浸し		メバルのから揚げ		ミニ白身魚フライ		インゲンとしらすの山椒炒め		大根とエビのくず煮		さつま芋と切昆布煮物			
人参のさっぱりサラダ		ピーマンとツナのサラダ		鶏大根煮		インゲンとコーンのグラッセ		大根なます		じゃが芋のチーズクリーム煮		青梗菜としらすの和え物			
ソース鶏じゃが		三目豆		キャベツとレーズンのサラダ		野菜と鶏肉の五目煮		高野豆腐の味噌煮		ほうれん草のごま和え		大豆と鶏肉の炒り煮			
インゲンのツナマヨ和え		小松菜のごま味噌和え		春雨炒め		さつま芋と粉チーズのサラダ		和風マカロニサラダ		金時豆煮		インゲンのおかかマヨ和え			
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		小麦・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・りんご		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		小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・豚肉・りんご・ゼラチン		えび・小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご		小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご			
ごはん付	熱量 573 kcal たんぱく質 26.7 g カルシウム 288 mg	塩分 2.7 g ビタミンD 12.2 μg	熱量 594 kcal たんぱく質 28.4 g カルシウム 331 mg	塩分 2.4 g ビタミンD 1.4 μg	熱量 600 kcal たんぱく質 25.6 g カルシウム 331 mg	塩分 2.9 g ビタミンD 0.5 μg	熱量 630 kcal たんぱく質 21.8 g カルシウム 190 mg	塩分 2.7 g ビタミンD 1.2 μg	熱量 542 kcal たんぱく質 25.4 g カルシウム 212 mg	塩分 2.5 g ビタミンD 8.3 μg	熱量 587 kcal たんぱく質 24.7 g カルシウム 178 mg	塩分 2.8 g ビタミンD 0.6 μg	熱量 543 kcal たんぱく質 24.4 g カルシウム 214 mg	塩分 2.4 g ビタミンD 2.5 μg	
おかずのみ	熱量 332 kcal たんぱく質 22.5 g カルシウム 284 mg	塩分 2.7 g ビタミンD 12.2 μg	熱量 353 kcal たんぱく質 24.2 g カルシウム 328 mg	塩分 2.3 g ビタミンD 1.4 μg	熱量 360 kcal たんぱく質 21.5 g カルシウム 328 mg	塩分 2.8 g ビタミンD 0.5 μg	熱量 389 kcal たんぱく質 17.6 g カルシウム 187 mg	塩分 2.7 g ビタミンD 1.2 μg	熱量 301 kcal たんぱく質 21.2 g カルシウム 208 mg	塩分 2.5 g ビタミンD 8.3 μg	熱量 346 kcal たんぱく質 20.5 g カルシウム 175 mg	塩分 2.8 g ビタミンD 0.6 μg	熱量 303 kcal たんぱく質 20.2 g カルシウム 211 mg	塩分 2.4 g ビタミンD 2.5 μg	

## おかず華

製造  
下関アグリフードサービス

6月9日(月)		6月10日(火)		6月11日(水)		6月12日(木)		6月13日(金)	
5日間コース									
タラの磯辺天		赤魚と白菜のだし醤油煮		サーモンマヨカツ		赤魚の中華あんかけ		天ぷら盛り合わせ	
豚肉と厚揚げの和風カレー		鶏天		肉じゃが		大平(山口郷土)		大豆と豚ミンチのとろみ煮みそ風味	
じゃが芋炒め煮		麻婆春雨		大豆と昆布の煮物		シュウマイ		じゃが芋とベーコン煮	
なすなべしぎ		竹輪の金平風		レモンバジルナゲット		オクラと人参の和え物		花形豆腐煮	
糸こんにゃく和え		ほうれん草菜種和え		カニのふわふわ豆腐煮		春雨サラダ		小松菜中華炒め	
ほうれん草煮浸し		卵サラダ		キャベツと炒り玉子のサラダ		小松菜ソテー		カニ風味スパサラダ	
マカロニサラダ		胡瓜の酢物		切干大根の酢物		胡瓜の酢物		胡瓜のごま酢和え	
黒豆		枝豆のおかか和え		青梗菜煮浸し		白花生		りんごシロップ漬け	
小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		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		かに・小麦・卵・乳成分・牛肉・さけ・大豆・鶏肉・豚肉・もも・りんご・ゼラチン		えび・小麦・卵・乳成分・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・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	
熱量 399 kcal たんぱく質 20.1 g 炭水化物 33.5 g カリウム 433 mg	塩分 3.5 g 脂質 21.7 g カルシウム 103 mg	熱量 374 kcal たんぱく質 21.4 g 炭水化物 28.4 g カリウム 312 mg	塩分 3.9 g 脂質 20.9 g カルシウム 69 mg	熱量 415 kcal たんぱく質 15.8 g 炭水化物 39.5 g カリウム 299 mg	塩分 3.3 g 脂質 22.6 g カルシウム 84 mg	熱量 391 kcal たんぱく質 17.4 g 炭水化物 39.7 g カリウム 439 mg	塩分 3.2 g 脂質 19.2 g カルシウム 110 mg	熱量 436 kcal たんぱく質 16.3 g 炭水化物 34.7 g カリウム 334 mg	塩分 3.6 g 脂質 27.1 g カルシウム 102 mg

## おかず

製造  
ワタミ株式会社

白身魚フライ ※タルタルソース小袋付 卵・小麦・大豆・りんご		豚肉となめこの和風醤油炒め 卵・小麦・大豆・豚肉		イカとあさりの旨煮 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま・いか		ビーフシチュー 小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・卵・ゼラチン		イワシの生姜煮 小麦・さば・大豆	
野菜のピリ辛そぼろ 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま・落花生		マカロニサラダ カニ風味 卵・小麦・乳成分・えび・かに・大豆・鶏肉		がんもどきと湯葉入り青菜の炊き合わせ 小麦・さば・大豆		エビカツ 小麦・えび・いか		鶏肉とブロッコリーのおかか炒め 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	
豚肉と白菜のとろーり煮 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま		根菜のケチャップ炒め 小麦・大豆		じゃが芋とベーコンのバター風味 小麦・乳成分・さば・大豆・豚肉		豆腐そぼろの炒り煮 小麦・大豆		じゃが芋のばらこチーズ和え 小麦・大豆・ゼラチン・乳成分	
南瓜とレーズンのサラダ 卵・小麦・大豆		ブロッコリーとコーンのソテー 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま		いんげんと竹輪の生姜マヨサラダ 卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんご		ほうれん草ともやしの味噌和え 小麦・落花生・大豆・豚肉・ごま		蓮根とくらげのごま酢和え 小麦・乳成分・大豆・ごま	
いんげんのごま和え 小麦・大豆・ごま		大根とこんにゃくのサイコロ煮 小麦・大豆		小松菜ときのこの和え物 小麦・大豆・ごま		人参と薄揚げの金平 小麦・大豆・ごま		わかめとツナの和え物 大豆	
熱量 389 kcal たんぱく質 13.1 g 炭水化物 31.8 g	塩分 2.1 g 脂質 24.0 g	熱量 467 kcal たんぱく質 13.1 g 炭水化物 28.3 g	塩分 3.0 g 脂質 34.6 g	熱量 382 kcal たんぱく質 16.6 g 炭水化物 23.7 g	塩分 3.2 g 脂質 24.8 g	熱量 401 kcal たんぱく質 18.1 g 炭水化物 26.1 g	塩分 2.6 g 脂質 25.1 g	熱量 354 kcal たんぱく質 19.9 g 炭水化物 25.7 g	塩分 3.2 g 脂質 19.4 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・くるみ  
 指定原材料に準ずるもの: 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・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・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

# 6月11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。

コプやまくち 電話 33くる

0120-272-428

083-995-3638

受付: 月～金 9:00～18:00

# おかず『豊』献立表

6月9日(月)～6月15日(日)

製造元: 下関アグリフードサービス株式会社

6月9日(月)	6月10日(火)	6月11日(水)	6月12日(木)	6月13日(金)	6月14日(土)	6月15日(日)
5・7日間コース					7日間コースの方のみお届け	
ハニーマスタードチキン	タラのから揚げ南蛮だれ	鶏肉の塩だれ焼き	メバルのゆず胡椒焼き	豚肉のぽん酢生姜炒め	カニ玉チリソースかけ	肉じゃがフライ
海鮮とブロッコリーの塩だれ炒め	豚肉とごぼうの山椒味噌煮	絹揚げと卵の炒め物	豚肉と春雨のスープ煮	アジの香草パン粉焼き	サワラ塩焼き	レモンバジルナゲット
春雨のすき煮	ポテトソテー	青梗菜の中華ミルク煮	えびしんじょの天ぷら	鶏肉とじゃが芋の煮物	高野豆腐の味噌煮	鶏肉のオイスター炒め
さつま芋のレモン風味煮	キャベツとレーズンのサラダ	南瓜のいとこ煮	さつま芋のサラダ	蓮根サラダ	大根サラダ	小松菜とイカの生姜浸し
コールスローサラダ	小松菜の塩昆布和え	きゅうりとツナの酢の物	白和え ごま風味	黄桃のシロップ漬け	白花豆	大豆と枝豆の白和え
えび・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・大豆・鶏肉・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	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・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・もも・りんご	かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	えび・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
熱量 426 kcal たんぱく質 22.1 g 脂質 18.8 g 炭水化物 44.5 g 塩分 3.1 g	熱量 372 kcal たんぱく質 24.1 g 脂質 18.1 g 炭水化物 33.3 g 塩分 3.2 g	熱量 424 kcal たんぱく質 24.2 g 脂質 23.2 g 炭水化物 30.6 g 塩分 3.3 g	熱量 372 kcal たんぱく質 22.1 g 脂質 19.2 g 炭水化物 29.4 g 塩分 2.8 g	熱量 359 kcal たんぱく質 25.0 g 脂質 18.9 g 炭水化物 24.9 g 塩分 2.7 g	熱量 415 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 24.5 g 炭水化物 30.9 g 塩分 3.1 g	熱量 413 kcal たんぱく質 20.2 g 脂質 20.6 g 炭水化物 37.7 g 塩分 3.2 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  
**6月11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**  
083-995-3638

受付: 月～金 9:00～18:00