

# 8月18日(月)～8月24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。

お弁当当和コースのご飯の量は150g基準です。白米：国産  
お弁当おそばコースのご飯の量は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

**お弁当当和**  
製造  
下関アグリフードサービス

8月18日(月)		8月19日(火)		8月20日(水)		8月21日(木)		8月22日(金)		8月23日(土)		8月24日(日)															
5・7日間コース												7日間コースの方のみお届け															
白飯/黒ごま 豚肉の柳川風煮 なすとピーマンの炒め煮 高野豆腐の煮物 フレンチサラダ 小麦・卵・ごま・大豆・豚肉		白飯/ゆかり 黒メバル柚庵焼き 揚げ鶏キャベツの和風生姜煮 金平ごぼう ブロッコリーごま和え 小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・りんご		お寿司/錦糸/おぼろ/青のり 坦々風野菜炒め 大根とさつま揚げ煮 京あわせ煮物 芋いもサラダ 小麦・卵・乳成分・アーモンド・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		白飯/白ごま タラのきのこソースかけ 卵とほうれん草のソテー ブロッコリーと桜えび煮物 三目豆 えび・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉		白飯/黒ごま 鶏山賊焼き(山口郷土) 白菜ツナスープ煮 じゃが芋とオクラの明太子サラダ 胡瓜の酢物 かに・小麦・卵・落花生・大豆・りんご		白飯/ゆかり サバ照焼き 野菜のクリーム煮 青梗菜の卵とじ マカロニサラダ 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 肉団子の卵あんかけ 豚肉と里芋の柚味噌煮 ほうれん草ソテー オクラとツナ和え 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・もも															
熱量	404 kcal	塩分	1.9 g	熱量	479 kcal	塩分	1.9 g	熱量	460 kcal	塩分	4.6 g	熱量	452 kcal	塩分	1.4 g	熱量	449 kcal	塩分	2.5 g	熱量	511 kcal	塩分	2.3 g	熱量	533 kcal	塩分	2.0 g
たんぱく質	11.6 g	脂質	11.5 g	たんぱく質	18.9 g	脂質	15.8 g	たんぱく質	12.9 g	脂質	12.8 g	たんぱく質	17.0 g	脂質	14.7 g	たんぱく質	17.3 g	脂質	14.2 g	たんぱく質	16.2 g	脂質	19.8 g	たんぱく質	15.8 g	脂質	19.5 g
炭水化物	65.1 g	カルシウム	67 mg	炭水化物	68.0 g	カルシウム	91 mg	炭水化物	75.0 g	カルシウム	138 mg	炭水化物	65.8 g	カルシウム	83 mg	炭水化物	65.8 g	カルシウム	81 mg	炭水化物	66.9 g	カルシウム	66 mg	炭水化物	75.3 g	カルシウム	86 mg
カリウム	292 mg			カリウム	334 mg			カリウム	295 mg			カリウム	288 mg			カリウム	309 mg			カリウム	184 mg			カリウム	401 mg		

**おかず咲**  
製造  
下関アグリフードサービス

豚すきやき煮 白身フライ オクラ梅かつお和え 大根ツナサラダ 小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		アジ大葉フライ 冬瓜のそぼろ煮 白菜煮浸し 五目生酢 小麦・ごま・大豆・鶏肉		豚プルコギ 小松菜卵炒め ひじき煮 スパゲティサラダ 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・もも・りんご・ゼラチン		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 ブロッコリーサラダ 小麦・卵・乳成分・落花生・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		酢豚 白身魚のふわらか豆腐天 のっぺい風煮(山口郷土) じゃが芋とオクラの明太子サラダ 小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・りんご		揚げタラの甘酢あんかけ ビーフシチュー ほうれん草炒め わかめの炒り煮 小麦・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉		サーモンマヨカツ 豚肉と里芋のゆず味噌煮 青梗菜ごま和え 春雨の酢物 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	238 kcal	塩分	2.6 g	熱量	280 kcal	塩分	2.6 g	熱量	266 kcal	塩分	2.7 g	熱量	274 kcal	塩分	2.2 g	熱量	292 kcal	塩分	2.7 g	熱量	262 kcal	塩分	1.9 g	熱量	318 kcal	塩分	2.2 g
たんぱく質	11.3 g	脂質	11.9 g	たんぱく質	13.3 g	脂質	13.3 g	たんぱく質	14.0 g	脂質	15.5 g	たんぱく質	13.6 g	脂質	19.1 g	たんぱく質	12.2 g	脂質	16.3 g	たんぱく質	12.9 g	脂質	12.4 g	たんぱく質	11.3 g	脂質	17.6 g
炭水化物	23.4 g	カルシウム	53 mg	炭水化物	28.1 g	カルシウム	73 mg	炭水化物	19.0 g	カルシウム	97 mg	炭水化物	12.1 g	カルシウム	101 mg	炭水化物	26.7 g	カルシウム	44 mg	炭水化物	28.7 g	カルシウム	77 mg	炭水化物	29.9 g	カルシウム	74 mg
カリウム	361 mg			カリウム	350 mg			カリウム	423 mg			カリウム	279 mg			カリウム	376 mg			カリウム	321 mg			カリウム	269 mg		

**おかず舞**  
製造  
下関アグリフードサービス

天ぷら盛り合わせ 麻婆春雨 ひじき煮 ほうれん草菜種和え ジャーマンポテトサラダ 黄桃シロップ漬け えび・かに・小麦・卵・乳成分・落花生・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・もも・りんご・ゼラチン		オムレツのミートソースかけ 鶏肉のすき焼き風煮 ほうれん草ソテー 切干大根の酢物 ひじきごまサラダ オクラ梅かつお和え かに・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご		鶏山賊焼き(山口郷土) 白菜とベーコン煮 白身魚のふわらか豆腐天 芋いもサラダ 春菊お浸し 筍のたらこ和え 小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		アジ大葉フライ 豚肉じゃが いんげんソテー 三目豆 青梗菜ピーナツ和え 大根炒め生酢 小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・鶏肉・豚肉		赤魚の柚味噌タレかけ ポテトのカレー炒め 鶏肉と豆腐のあっさり煮 ブロッコリーと桜えび煮物 マカロニ香味サラダ 枝豆のおかか和え かに・小麦・卵・乳成分・落花生・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		鶏肉の香草焼き ニラと厚揚げの炒め物 ほうれん草炒め ジャーマンポテトサラダ 白菜ごま和え 白花豆 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		スタミナ炒め 春巻 炒り豆腐 ほうれん草ビーンズサラダ 五目生酢 黄桃シロップ漬け えび・小麦・卵・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・もも・りんご・ゼラチン															
熱量	410 kcal	塩分	3.2 g	熱量	356 kcal	塩分	3.8 g	熱量	373 kcal	塩分	3.5 g	熱量	352 kcal	塩分	3.0 g	熱量	333 kcal	塩分	3.0 g	熱量	373 kcal	塩分	3.2 g	熱量	404 kcal	塩分	3.1 g
たんぱく質	14.3 g	脂質	25.1 g	たんぱく質	12.6 g	脂質	24.1 g	たんぱく質	16.1 g	脂質	25.0 g	たんぱく質	16.1 g	脂質	18.0 g	たんぱく質	18.3 g	脂質	16.8 g	たんぱく質	21.5 g	脂質	21.9 g	たんぱく質	13.6 g	脂質	24.1 g
炭水化物	35.0 g	カルシウム	84 mg	炭水化物	24.4 g	カルシウム	128 mg	炭水化物	23.5 g	カルシウム	78 mg	炭水化物	33.8 g	カルシウム	99 mg	炭水化物	30.2 g	カルシウム	107 mg	炭水化物	26.3 g	カルシウム	108 mg	炭水化物	35.2 g	カルシウム	104 mg
カリウム	345 mg			カリウム	321 mg			カリウム	346 mg			カリウム	488 mg			カリウム	499 mg			カリウム	341 mg			カリウム	468 mg		

**お弁当おそば**  
製造  
下関アグリフードサービス

白飯 豚肉の柳川風煮 高野豆腐の煮物 水菜のおかか和え 小麦・卵・ごま・大豆・豚肉		白飯 黒メバル柚庵焼き 揚げ鶏キャベツの和風生姜煮 ブロッコリーごま和え 小麦・ごま・大豆・鶏肉		白飯 坦々風野菜炒め 京あわせ煮物 芋いもサラダ 小麦・卵・乳成分・アーモンド・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン		白飯 タラのきのこソースかけ 卵とほうれん草のソテー 大根炒め生酢 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉		白飯 鶏山賊焼き(山口郷土) 白菜ツナスープ煮 胡瓜の酢物 小麦・卵・落花生・大豆		白飯 サバ照焼き 青梗菜の卵とじ キャベツごま和え 小麦・卵・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン		白飯 肉団子の卵あんかけ ほうれん草ソテー オクラとツナ和え 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉															
熱量	357 kcal	塩分	1.7 g	熱量	391 kcal	塩分	1.4 g	熱量	360 kcal	塩分	2.1 g	熱量	383 kcal	塩分	1.1 g	熱量	381 kcal	塩分	2.1 g	熱量	412 kcal	塩分	1.7 g	熱量	443 kcal	塩分	1.6 g
たんぱく質	11.8 g	脂質	9.9 g	たんぱく質	17.7 g	脂質	11.9 g	たんぱく質	10.6 g	脂質	10.2 g	たんぱく質	12.5 g	脂質	12.4 g	たんぱく質	15.8 g	脂質	11.7 g	たんぱく質	13.5 g	脂質	15.5 g	たんぱく質	12.4 g	脂質	17.6 g
炭水化物	56.7 g	カルシウム	81 mg	炭水化物	55.2 g	カルシウム	73 mg	炭水化物	57.3 g	カルシウム	102 mg	炭水化物	57.9 g	カルシウム	59 mg	炭水化物	54.8 g	カルシウム	41 mg	炭水化物	54.0 g	カルシウム	81 mg	炭水化物	60.1 g	カルシウム	85 mg
カリウム	231 mg			カリウム	269 mg			カリウム	199 mg			カリウム	271 mg			カリウム	190 mg			カリウム	131 mg			カリウム	273 mg		

# 8月18日(月)～8月24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

	8月18日(月)	8月19日(火)	8月20日(水)	8月21日(木)	8月22日(金)	8月23日(土)	8月24日(日)
	5・7日間コース					7日間コースの方のみお届け	
	ホッケの塩焼き さつまいもと切昆布の煮物 青梗菜としらすの和え物 大豆と鶏肉の炒り煮 インゲンのおかかマヨ和え 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	メンチカツ 豆腐の真砂煮 小松菜とえのきのお浸し 冬瓜と鶏肉のとろみ煮 ブロッコリーとチーズのサラダ 小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・りんご	赤魚のみりん焼き チーズチキンカツ 卵焼き 蓮根と豚肉の炒り煮 ひじきと大豆のサラダ 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	チキンカレー ひじきとさつまいも揚げの煮物 アジ大葉フライ ひき肉と卵のそぼろ 春雨の韓国風サラダ かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご	メバルのゆず胡椒焼き ごぼうと豚肉の炒り煮 白和え ごま風味 大豆のケチャップ煮 しろ菜のおかかマヨ和え 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	豚肉と野菜の塩こうじ炒め 大豆のカレー煮 蒲鉾とわかめの生姜酢和え 絹揚げと蓮根の味噌炒め マカロニサラダ 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	アジのから揚げ南蛮あん ツナの卵炒め 南瓜のきな粉和え 豚肉と大根の煮物 ブロッコリーサラダ 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
ごはん付	熱量 543 kcal たんぱく質 24.4 g カルシウム 212 mg	熱量 571 kcal たんぱく質 20.2 g カルシウム 375 mg	熱量 564 kcal たんぱく質 27.0 g カルシウム 171 mg	熱量 632 kcal たんぱく質 23.0 g カルシウム 246 mg	熱量 547 kcal たんぱく質 28.9 g カルシウム 224 mg	熱量 603 kcal たんぱく質 24.7 g カルシウム 256 mg	熱量 584 kcal たんぱく質 27.7 g カルシウム 276 mg
おかずのみ	熱量 302 kcal たんぱく質 20.2 g カルシウム 209 mg	熱量 330 kcal たんぱく質 16.0 g カルシウム 372 mg	熱量 323 kcal たんぱく質 22.8 g カルシウム 167 mg	熱量 391 kcal たんぱく質 18.8 g カルシウム 243 mg	熱量 306 kcal たんぱく質 24.7 g カルシウム 220 mg	熱量 362 kcal たんぱく質 20.5 g カルシウム 252 mg	熱量 343 kcal たんぱく質 23.5 g カルシウム 272 mg

## おかず華

製造  
下関アグリフードサービス

	8月18日(月)	8月19日(火)	8月20日(水)	8月21日(木)	8月22日(金)
	5日間コース				
	サバ生姜焼き 豚肉の柳川風煮 高野豆腐の煮物 ほうれん草ごま和え フレンチサラダ 水菜のおかか和え 白菜のゆかり和え 金時豆 小麦・卵・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉	揚げ鶏キャベツの和風生姜煮 黒メバル柚庵焼き 金平ごぼう 白菜煮浸し 南瓜の煮物 ブロッコリーごま和え 春雨サラダ おかず昆布 小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	サバの唐揚げ野菜あんかけ 坦々風野菜炒め 大根とさつまいも揚げ煮 人参とえのきのさつと煮 白菜ちりめんの酢物 春菊お浸し 辛いもサラダ 黄桃シロップ漬け 小麦・卵・乳成分・アーモンド・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・もも・りんご・ゼラチン	鶏山賊焼き(山口郷土) たらきのこソースかけ 豚肉じゃが ブロッコリーと桜えび煮物 青梗菜ピーナツ和え 三目豆 卵とほうれん草のソテー 大根炒めなます えび・小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・鶏肉・豚肉	アジ南蛮漬け 鶏肉と豆腐のあっさり煮 春雨の中華炒め ブロッコリーごま和え じゃが芋とオクラの明太子サラダ 水菜煮浸し 胡瓜の酢物 白花豆 かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・もも・りんご
ごはん付	熱量 417 kcal たんぱく質 20.1 g 炭水化物 26.9 g カリウム 432 mg	熱量 416 kcal たんぱく質 21.5 g 炭水化物 32.6 g カリウム 623 mg	熱量 399 kcal たんぱく質 13.5 g 炭水化物 28.0 g カリウム 446 mg	熱量 405 kcal たんぱく質 24.7 g 炭水化物 27.9 g カリウム 562 mg	熱量 427 kcal たんぱく質 20.0 g 炭水化物 43.6 g カリウム 453 mg

## おかず

製造  
ワタミ株式会社

鶏肉とヤングコーンのバター醤油炒め 小麦・乳成分・大豆・鶏肉	サーモンの塩焼き さけ	和風ハンバーグ 卵・小麦・乳成分・牛肉・大豆・豚肉	エビチリ 卵・小麦・えび・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	牛肉と野菜の焼肉風 小麦・牛肉・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ごま
メンチカツ 卵・小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉	豚肉と温野菜のツナカレー 小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・さば	じゃが芋と豆の煮物 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま・りんご・ゼラチン	ゆで豚とわかめのサラダ ※ごまドレッシング小袋付 卵・小麦・大豆・ごま・豚肉	肉しゅうまい 卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
しらすと野菜の炒め物 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	花野菜のチーズ入りポテトサラダ 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・ゼラチン	なすとベーコンのコンソメ炒め 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉	大豆と彩り野菜の味噌炒め 小麦・大豆・ごま	彩り切干大根 卵・小麦・大豆
豆豆サラダ 卵・小麦・大豆	ほうれん草と竹輪の和え物 小麦・大豆	大根と人参のごま酢和え 小麦・大豆・ごま	さつまいもとそぼろのピリ辛サラダ 小麦・大豆・豚肉・ごま	南瓜とひよこ豆のピーナツ和え 小麦・落花生・乳成分・大豆・鶏肉
大根のナムル 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・ごま	もやしと人参のポン酢和え 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	昆布煮 小麦・大豆	チンゲン菜と人参のナムル 小麦・大豆・ごま	いんげんとコーンの炒め物 小麦・乳成分・大豆・鶏肉
熱量 427 kcal たんぱく質 21.8 g 炭水化物 19.8 g	熱量 336 kcal たんぱく質 17.4 g 炭水化物 23.1 g	熱量 405 kcal たんぱく質 13.6 g 炭水化物 37.2 g	熱量 404 kcal たんぱく質 14.0 g 炭水化物 27.8 g	熱量 371 kcal たんぱく質 14.5 g 炭水化物 30.6 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

# 8月20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 こくる

0120-272-428  
083-995-3638

受付: 月～金 9:00～18:00

# おかず『豊』献立表

8月18日(月)~8月24日(日)

製造元: 下関アグリフードサービス株式会社

8月18日(月)	8月19日(火)	8月20日(水)	8月21日(木)	8月22日(金)	8月23日(土)	8月24日(日)
5・7日間コース					7日間コースの方のみお届け	
肉じゃがフライ	鶏肉と絹揚げの醤油バター風味炒め	豚肉のケチャップ炒め	イワシの梅煮	チキンカツ	マスのから揚げねぎ塩だれかけ	豚肉の焼肉風
鶏肉のオイスター炒め	メルルーサのから揚げマリネソース	メバルの西京焼き	鶏肉と蓮根の炒め物	豆腐とエビのチリソース煮	ひき肉とトマトのカレー	白身魚天のオーロラソースかけ
小松菜とイカの生姜浸し	青梗菜とさつま揚げの煮物	ひじきとさつま揚げの煮物	冬瓜のとろみ煮	豚肉とじゃが芋の煮物	五目花型しんじょと椎茸煮	大豆五目煮
大豆と枝豆の白和え	カリフラワーのカレーマヨ和え	春雨のマヨサラダ	カリフラワーのオーロラソース和え	切干大根と鮭フレークのサラダ	白菜のぼん酢マヨネーズ和え	和風マカロニサラダ
大根なます	里芋の青のり和え	キャベツのレモン風味和え	人参とえのきの明太炒め	南瓜の粉チーズ和え	パインシロップ漬け	しろ菜の甘酢和え
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	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	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	かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・りんご	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・卵・乳成分・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご・ゼラチン	小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
熱量 409 kcal たんぱく質 20.2 g 脂質 20.6 g 炭水化物 37.4 g 塩分 3.2 g	熱量 386 kcal たんぱく質 22.3 g 脂質 23.1 g 炭水化物 23.5 g 塩分 2.9 g	熱量 351 kcal たんぱく質 20.5 g 脂質 19.0 g 炭水化物 26.6 g 塩分 2.9 g	熱量 397 kcal たんぱく質 22.7 g 脂質 24.2 g 炭水化物 21.8 g 塩分 3.2 g	熱量 405 kcal たんぱく質 22.3 g 脂質 21.1 g 炭水化物 34.1 g 塩分 3.1 g	熱量 404 kcal たんぱく質 21.1 g 脂質 23.8 g 炭水化物 27.4 g 塩分 3.1 g	熱量 414 kcal たんぱく質 23.3 g 脂質 23.7 g 炭水化物 29.5 g 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  
**8月20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