

12月1日(月)～12月7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。

明日の食卓和・健のご飯の量は150g基準です。白米：国産
明日の食卓こぼのご飯の量は130g基準です。白米：国産

明日の食卓
和
製造
下関アグリフードサービス

12月1日(月)	12月2日(火)	12月3日(水)	12月4日(木)	12月5日(金)	12月6日(土)	12月7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 鶏肉の塩だれ焼き 高野豆腐の卵とじ いんげんのおかかマヨ和え 白菜甘酢和え 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン	白飯/白ごま メパルの香草パン粉焼き 揚げじゃが芋のそぼろ味噌かけ ブロッコリーと卵のサラダ 胡瓜と魚肉ソーセージの和え物 小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	お寿司/錦糸/おぼろ エビカツ 大豆のケチャップ煮 ひじきのそぼろ煮 ごぼうのごまドレ和え えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	白飯/黒ごま 豚肉のぼん酢生姜炒め 豆腐の真砂煮 春菊とツナのマヨ醤油和え 和風大根サラダ 小麦・卵・ごま・大豆・豚肉・りんご	白飯/ゆかり 鶏肉と蓮根の炒め物 切干大根と桜エビの中華風煮物 小松菜とあさりの煮浸し ミックスビーンズの甘煮 えび・小麦・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	白飯/白ごま タラの野菜かんかけ 豚肉と里芋のゆず味噌煮 ごぼうサラダ 青梗菜の卵和え 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/黒ごま 豚肉のカレー炒め クリームコロッケ 大根と大豆のそぼろ煮 しろ菜と鮭フレークの和え物 えび・かに・小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
熱量 513 kcal 塩分 2.1 g たんぱく質 20.2 g 脂質 19.2 g 炭水化物 66.4 g カルシウム 224 mg ビタミンD 1.68 μg	熱量 512 kcal 塩分 1.8 g たんぱく質 19.2 g 脂質 16.5 g 炭水化物 73.5 g カルシウム 271 mg ビタミンD 1.9 μg	熱量 543 kcal 塩分 4.1 g たんぱく質 18.1 g 脂質 16.2 g 炭水化物 84.2 g カルシウム 203 mg ビタミンD 1.07 μg	熱量 481 kcal 塩分 2.2 g たんぱく質 20.8 g 脂質 15.9 g 炭水化物 66.7 g カルシウム 278 mg ビタミンD 1.13 μg	熱量 493 kcal 塩分 2.4 g たんぱく質 18.9 g 脂質 14.2 g 炭水化物 73.8 g カルシウム 182 mg ビタミンD 1.25 μg	熱量 514 kcal 塩分 1.9 g たんぱく質 19.5 g 脂質 16.5 g 炭水化物 73.9 g カルシウム 215 mg ビタミンD 1.53 μg	熱量 532 kcal 塩分 2.0 g たんぱく質 20.1 g 脂質 17.5 g 炭水化物 75.9 g カルシウム 194 mg ビタミンD 1.46 μg

明日の食卓
咲
製造
下関アグリフードサービス

ホキのごま焼き 大豆五目煮 白菜のごま酢和え 南瓜の粒マスタードサラダ 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	豚肉と野菜のソース炒め 切干大根煮 ひじきと蓮根のサラダ さつま芋のレモン風味煮 小麦・卵・ごま・大豆・豚肉・りんご	海鮮とブロッコリーの塩だれ炒め 切昆布とこんにゃくの炒り煮 南瓜の粉チーズ和え 春雨サラダ 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	鶏肉のケチャップ煮 蓮根の粒マスタード和え 高野豆腐の煮物 和風大根サラダ 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	アジ大葉フライ じゃが芋ごま酢和え かぶと豚肉の炒め物 白菜のぼん酢マヨネーズ和え 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	豚肉のカレー炒め カリフラワーサラダ 青梗菜の中華ミルク煮 いんげんのごま和え かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	タラの塩こうじ焼き クリームコロッケ マカロニサラダ 白菜とツナのとろみ煮 えび・かに・小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
熱量 251 kcal 塩分 2.1 g たんぱく質 15.3 g 脂質 13.6 g 炭水化物 18.7 g	熱量 224 kcal 塩分 2.0 g たんぱく質 11.6 g 脂質 9.3 g 炭水化物 26.1 g	熱量 219 kcal 塩分 2.7 g たんぱく質 13.0 g 脂質 9.4 g 炭水化物 22.6 g	熱量 256 kcal 塩分 2.5 g たんぱく質 16.6 g 脂質 13.6 g 炭水化物 17.6 g	熱量 257 kcal 塩分 2.4 g たんぱく質 11.6 g 脂質 13.3 g 炭水化物 24.7 g	熱量 243 kcal 塩分 2.1 g たんぱく質 11.9 g 脂質 14.1 g 炭水化物 19.8 g	熱量 265 kcal 塩分 1.8 g たんぱく質 12.6 g 脂質 13.8 g 炭水化物 23.9 g

明日の食卓
舞
製造
下関アグリフードサービス

ブリの照り焼き 野菜と豚肉の味噌炒め 大豆のケチャップ煮 マカロニサラダ いんげんの山椒炒め 和風大根サラダ 小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	肉じゃがフライ 鶏肉とブロッコリーのガーリックソテー ひき肉と卵のそぼろ 青梗菜の中華ミルク煮 白菜とツナのとろみ煮 白和え ごま風味 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	サワラのから揚げ南蛮だれ 鶏肉じゃが芋オイスター炒め 豆腐の旨塩煮 春雨サラダ ほうれん草の煮浸し 南瓜とひじきの甘煮 えび・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	豚肉と野菜の塩こうじ炒め ミニ白身魚フライ もやしと卵の炒め物 ワカメぬた(郷土料理) 小松菜の煮浸し ごぼうのごまドレ和え 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	赤魚のゆず風味焼き 鶏大根煮 マカロニのクリーム煮 豆とツナのサラダ 人参のさっぱりサラダ ミートボールトマト味 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	鶏肉のケチャップ煮 いんげんと豆腐の甜面醬炒め コロッケ 切干大根の中華風煮物 キャベツとハムのサラダ 小松菜のごま味噌和え 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	タラの磯辺天 蓮根と豚肉の炒り煮 絹揚げのピリ辛煮 白菜と蒸し鶏のごまドレ和え ひじきの彩り煮 ほうれん草のごま和え 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
熱量 360 kcal 塩分 2.5 g たんぱく質 21.2 g 脂質 21.2 g 炭水化物 26.0 g カルシウム 262 mg ビタミンD 4.87 μg	熱量 382 kcal 塩分 2.9 g たんぱく質 17.5 g 脂質 19.6 g 炭水化物 36.1 g カルシウム 334 mg ビタミンD 2.35 μg	熱量 340 kcal 塩分 2.9 g たんぱく質 20.5 g 脂質 17.4 g 炭水化物 29.5 g カルシウム 241 mg ビタミンD 3.43 μg	熱量 320 kcal 塩分 3.0 g たんぱく質 20.1 g 脂質 17.9 g 炭水化物 22.2 g カルシウム 176 mg ビタミンD 1.12 μg	熱量 319 kcal 塩分 2.7 g たんぱく質 20.9 g 脂質 14.0 g 炭水化物 29.9 g カルシウム 259 mg ビタミンD 2.59 μg	熱量 390 kcal 塩分 3.0 g たんぱく質 20.9 g 脂質 21.9 g 炭水化物 28.4 g カルシウム 193 mg ビタミンD 0.85 μg	熱量 338 kcal 塩分 2.5 g たんぱく質 21.5 g 脂質 18.3 g 炭水化物 24.5 g カルシウム 160 mg ビタミンD 1.49 μg

明日の食卓
ば
製造
下関アグリフードサービス

白飯 豚肉のカレー炒め ごぼうサラダ キャベツと揚げのお浸し 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	白飯 ミニ白身魚フライ 絹揚げのピリ辛煮 白菜のぼん酢マヨネーズ和え 小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・りんご	白飯 鶏肉の味噌炒め カリフラワーのコンソメ煮 小松菜のごまマヨ和え 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 サワラのゆず胡椒焼き 肉団子パーベキューソース ブロッコリーサラダ 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 豚肉の焼肉風 切干大根の中華風煮物 明太マカロニサラダ 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	白飯 ブリの照り焼き 青梗菜の梅マヨ和え ひじきと蓮根の炒り煮 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・りんご	白飯 ミニチキンカツ 大豆と豚ミンチとろみ煮みそ風味 コールスローサラダ 小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
熱量 389 kcal 塩分 1.2 g たんぱく質 12.6 g 脂質 13.6 g 炭水化物 56.3 g	熱量 393 kcal 塩分 1.1 g たんぱく質 10.7 g 脂質 11.9 g 炭水化物 61.3 g	熱量 423 kcal 塩分 1.6 g たんぱく質 15.8 g 脂質 14.7 g 炭水化物 57.7 g	熱量 427 kcal 塩分 1.6 g たんぱく質 16.2 g 脂質 14.1 g 炭水化物 60.8 g	熱量 410 kcal 塩分 1.7 g たんぱく質 16.4 g 脂質 12.6 g 炭水化物 59.3 g	熱量 400 kcal 塩分 1.4 g たんぱく質 14.0 g 脂質 14.0 g 炭水化物 58.3 g	熱量 422 kcal 塩分 1.3 g たんぱく質 14.0 g 脂質 12.8 g 炭水化物 63.4 g

0.0

12月1日(月)～12月7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。


12月1日(月)	12月2日(火)	12月3日(水)	12月4日(木)	12月5日(金)	12月6日(土)	12月7日(日)
5・7日間コース					7日間コースの方のみお届け	
白飯(食物繊維添加) 豚肉のぼん酢生姜炒め 絹揚げバーベキューソース じゃが芋のチーズクリーム煮 白菜のぼん酢マヨネーズ和え えび・小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	白飯(食物繊維添加) 赤魚の味噌焼き 鶏肉のから揚げ ひじきの彩り煮 ほうれん草のピーナッツ和え 小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・鶏肉・りんご	白飯(食物繊維添加) 鶏肉と里芋の照り煮 高野豆腐の卵とじ 白菜と竹輪のさっと煮 切干大根のドレッシング和え 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・りんご	白飯(食物繊維添加) アジの山椒風味焼き ミニオムレツのハヤシソースかけ 糸こんとごぼうのそぼろ金平 白菜の甘酢和え 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	白飯(食物繊維添加) ゆで鶏五目あんかけ サーモンマヨカツ 青梗菜とさつま揚げの煮物 いんげんハムサラダ 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	白飯(食物繊維添加) カレイのから揚げ南蛮だれ 根菜の炒り煮 ポテトソテー ブロッコリーと魚肉ソーセージのサラダ 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	白飯(食物繊維添加) 豚肉の塩だれ炒め 絹揚げのピリ辛煮 さつま芋と切昆布の煮物 青梗菜の卵和え 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 528 kcal 塩分 2.7 g たんぱく質 21.1 g 脂質 16.9 g 炭水化物 76.3 g カルシウム 213 mg ビタミンD 0.82 μg 食物繊維 5.80 g	熱量 515 kcal 塩分 2.1 g たんぱく質 20.9 g 脂質 16.6 g 炭水化物 73.1 g カルシウム 181 mg ビタミンD 2.57 μg 食物繊維 6.10 g	熱量 499 kcal 塩分 2.3 g たんぱく質 19.6 g 脂質 15.0 g 炭水化物 73.1 g カルシウム 229 mg ビタミンD 1.64 μg 食物繊維 5.90 g	熱量 463 kcal 塩分 2.2 g たんぱく質 20.7 g 脂質 12.2 g 炭水化物 71.1 g カルシウム 260 mg ビタミンD 5.42 μg 食物繊維 5.50 g	熱量 569 kcal 塩分 2.1 g たんぱく質 20.8 g 脂質 19.7 g 炭水化物 78.6 g カルシウム 127 mg ビタミンD 1.47 μg 食物繊維 5.60 g	熱量 482 kcal 塩分 2.2 g たんぱく質 20.8 g 脂質 12.1 g 炭水化物 76.0 g カルシウム 189 mg ビタミンD 6.16 μg 食物繊維 7.30 g	熱量 528 kcal 塩分 2.2 g たんぱく質 18.0 g 脂質 16.6 g 炭水化物 79.5 g カルシウム 228 mg ビタミンD 1.46 μg 食物繊維 5.40 g

12月1日(月)	12月2日(火)	12月3日(水)	12月4日(木)	12月5日(金)
5日間コース				
鶏肉と里芋の照り煮 チャンポン風野菜炒め 五目しんじょの含め煮 大豆のクリーム煮 青梗菜ごま和え なすとピーマンの炒め煮 春雨の酢物 おかず昆布 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	オムレツのデミグラスソース 冬瓜と鶏肉のとりみ煮 絹揚げのピリ辛煮 ポテトサラダ 春菊のガーリックソテー 切昆布とこんにゃくの炒り煮 蓮根金平 白菜の甘酢和え 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・りんご	豚肉の塩だれ炒め サワラのから揚げ 切干大根と大豆の煮物 野菜のマリネ ほうれん草炒め 南瓜とレーズンのサラダ いんげんソテー りんごシロップ漬け 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	ホキのごま焼き 肉団子チリソース 春雨ソーセージ炒め ツナの卵炒め カニ風味スパサラダ 白菜煮浸し じゃが芋のごまがらめ 人参のさっぱり和え かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・りんご	豚肉と木耳の炒め物 サーモンマヨカツ じゃが芋の炒り煮 ほうれん草のごまぼんマヨ和え ひじきの煮物 ピーマンとツナのサラダ キャベツの青のり和え 大根と葉大根の炒り煮 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 357 kcal 塩分 3.8 g たんぱく質 18.6 g 脂質 18.5 g 炭水化物 30.4 g	熱量 381 kcal 塩分 3.3 g たんぱく質 15.6 g 脂質 22.3 g 炭水化物 32.9 g	熱量 341 kcal 塩分 2.6 g たんぱく質 18.5 g 脂質 19.2 g 炭水化物 25.5 g	熱量 356 kcal 塩分 2.8 g たんぱく質 17.8 g 脂質 17.4 g 炭水化物 34.3 g	熱量 369 kcal 塩分 3.2 g たんぱく質 17.3 g 脂質 20.2 g 炭水化物 33.0 g

油淋鶏(ユーリンチー) 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	牛肉と蓮根の炒め物 小麦・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	国産サンマの煮付け さば・卵・小麦・乳成分・大豆	豚肉となすの味噌炒め 小麦・落花生・大豆・豚肉・ごま	肉じゃがコロツケ 卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉
マカロニのクリーム煮 白みそ仕立て 卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉	がんもどきの白だし仕立て 小麦・さば・大豆	豚肉と大根の甘煮 小麦・大豆・豚肉・りんご・ごま	オムレツ 中華風ホワイトソースかけ 卵・小麦・大豆・乳成分・えび・牛肉・鶏肉・豚肉・ごま	豚肉とキャベツの玉子炒め 卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
ひじきと豆腐のマヨサラダ 卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	じゃが芋と玉ねぎのツナ炒め 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン	こうや豆腐ときのこの和風炒め 小麦・大豆・豚肉	大豆と野菜の炒め物 小麦・大豆	枝豆とコーンの人参マヨサラダ 卵・小麦・落花生・乳成分・大豆
ほうれん草と薄揚げの和え物 小麦・さば・大豆	わかめとキャベツのナムル 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	ほうれん草と白菜の黒ごま和え 小麦・大豆・ごま	角切りチーズとキャベツのサラダ 卵・小麦・乳成分・大豆	しば漬けと切干大根の甘酢和え 小麦
ブロッコリーのおかか和え 小麦・大豆	大根と人参の煮物 卵・小麦・大豆	ポテトの真砂和え 小麦・乳成分・大豆・ゼラチン	わかめとねぎのナムル 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	小松菜と薄揚げのお浸し 小麦・大豆
熱量 345 kcal 塩分 3.3 g たんぱく質 17.9 g 脂質 18.4 g 炭水化物 28.6 g	熱量 425 kcal 塩分 2.8 g たんぱく質 17.0 g 脂質 28.6 g 炭水化物 23.6 g	熱量 361 kcal 塩分 2.8 g たんぱく質 18.1 g 脂質 22.8 g 炭水化物 22.4 g	熱量 364 kcal 塩分 2.3 g たんぱく質 14.5 g 脂質 26.0 g 炭水化物 19.6 g	熱量 437 kcal 塩分 2.5 g たんぱく質 12.7 g 脂質 28.3 g 炭水化物 34.6 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(和・こぼこ・舞・華・豊・健・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

12月3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 

0120-272-428
083-995-3638

受付: 月～金 9:00～18:00

明日の食卓 **健**
製造 下関アグリフードサービス

明日の食卓 **華**
製造 下関アグリフードサービス

おかず **ワタミ株式会社**
製造

【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。

12月1日(月)	12月2日(火)	12月3日(水)	12月4日(木)	12月5日(金)	12月6日(土)	12月7日(日)
5・7日間コース					7日間コースの方のみお届け	
サワラのから揚げ野菜あんかけ	麻婆豆腐	サバのゆず胡椒焼き	豚肉と野菜の塩こうじ炒め	イワシの梅煮	鶏肉のケチャップ煮	カレイの天ぷら山椒あん
豚肉と木耳の炒め物	鶏天	ポークビーンズ	白身魚天チリソース	チキンクリームシチュー	タラのねぎ塩だれ	鶏肉のから揚げ
さつま揚げと大根の煮物	ひじきとさつま揚げの煮物	ほうれん草と卵の炒め物	絹揚げと蓮根の味噌炒め	カニと豆腐のふんわり天	いんげんと豆腐の甜面醤炒め	絹揚げとひき肉の味噌炒め
さつま芋のミルク煮	キャベツと桜エビのさつと煮	マカロニのイタリアンサラダ	里芋鮭フレークサラダ	豆とツナのサラダ	大根サラダ	切干大根のごま煮
ツナコーンサラダ	南瓜のきな粉和え	切干大根のドレッシング和え	枝豆コーン和え	白菜のごま酢和え	胡瓜の酢の物	ほうれん草とチーズのサラダ
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	えび・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・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	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	かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・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
熱量 412 kcal たんぱく質 23.8 g 脂質 22.8 g 炭水化物 30.9 g 塩分 2.8 g	熱量 408 kcal たんぱく質 24.9 g 脂質 22.1 g 炭水化物 30.7 g 塩分 3.1 g	熱量 397 kcal たんぱく質 20.4 g 脂質 25.1 g 炭水化物 27.0 g 塩分 2.9 g	熱量 406 kcal たんぱく質 20.2 g 脂質 23.5 g 炭水化物 30.9 g 塩分 3.0 g	熱量 460 kcal たんぱく質 20.2 g 脂質 31.1 g 炭水化物 24.4 g 塩分 2.9 g	熱量 380 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 21.4 g 炭水化物 25.0 g 塩分 3.0 g	熱量 449 kcal たんぱく質 24.3 g 脂質 26.4 g 炭水化物 30.4 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
12月3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