

1月26日(月)～2月1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・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

1月26日(月)	1月27日(火)	1月28日(水)	1月29日(木)	1月30日(金)	1月31日(土)	2月1日(日)
5・7日間コース					7日間コースの方のみお届け	
白飯/白ごま 油淋鶏 切干大根と豚肉の炒り煮 大豆五目煮 いんげんのサラダ 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	白飯/黒ごま 豆腐とエビのチリソース煮 根菜の炒り煮 野菜と豚肉の味噌炒め ブロッコリーサラダ 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	かやく飯 アジの塩焼き 肉焼売 カニかまマカロニサラダ キャベツと蒸し鶏のサラダ かに・小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	白飯/ゆかり ヒレカツ 鶏肉とじゃが芋の煮物 ひき肉と卵のそぼろ 大豆と枝豆の白和え 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	白飯/黒ごま サワラの西京焼き いんげんと豆腐の甜面醬炒め 豆とツナのサラダ 青梗菜とハムの和え物 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/白ごま タンドリーチキン 小松菜の煮浸し ツナとマカロニのサラダ いんげんハムサラダ 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	白飯/黒ごま 豚肉の甘辛煮 ほうれん草と卵の炒め物 キャベツのクリーム煮 えびしんじょの天ぷら 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 547 kcal 塩分 2.4 g たんぱく質 19.3 g 脂質 19.5 g 炭水化物 75.7 g カルシウム 185 mg ビタミンD 1.06 μg	熱量 487 kcal 塩分 2.5 g たんぱく質 19.1 g 脂質 14.5 g 炭水化物 72.1 g カルシウム 342 mg ビタミンD 1 μg	熱量 467 kcal 塩分 3.4 g たんぱく質 20.2 g 脂質 12.4 g 炭水化物 69.9 g カルシウム 302 mg ビタミンD 5.28 μg	熱量 538 kcal 塩分 2.0 g たんぱく質 19.8 g 脂質 17.3 g 炭水化物 76.7 g カルシウム 225 mg ビタミンD 1.53 μg	熱量 514 kcal 塩分 2.1 g たんぱく質 21.3 g 脂質 16.9 g 炭水化物 70.8 g カルシウム 312 mg ビタミンD 4.21 μg	熱量 535 kcal 塩分 2.0 g たんぱく質 20.9 g 脂質 20.2 g 炭水化物 69.8 g カルシウム 260 mg ビタミンD 1.63 μg	熱量 503 kcal 塩分 2.1 g たんぱく質 20.0 g 脂質 16.6 g 炭水化物 69.9 g カルシウム 303 mg ビタミンD 1.56 μg

明日の食卓
咲
製造 下関アグリフードサービス

ミニオムレツデミグラスソース ひじきと蓮根の炒り煮 豆とツナのサラダ キャベツのコンソメ煮 小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	豚肉の生姜焼き がんと人参の煮物 南瓜の粒マスタードサラダ 切昆布とこんにゃくの炒り煮 えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	メバルの塩こうじ焼き 揚げじゃがのチリソース ごぼうサラダ 小松菜の煮浸し 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・りんご	油淋鶏 キャベツのカレー炒め かぶとかにカマのとりみ煮 いんげんのピーナッツ和え かに・小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・鶏肉・りんご	サワラのゆず胡椒焼き 絹揚げとひき肉の味噌炒め カリフラワーサラダ ベーコンビーンズ 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	チキンクリームシチュー アジ大葉フライ キャベツとレーズンのサラダ ピーマンのケチャップ炒め 小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	ホキの韓国風照り焼き ニラ玉炒め 五目しんじょの含め煮 ビーンズチーズサラダ えび・かに・小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
熱量 232 kcal 塩分 2.0 g たんぱく質 9.6 g 脂質 13.0 g 炭水化物 20.4 g	熱量 252 kcal 塩分 2.2 g たんぱく質 15.1 g 脂質 15.1 g 炭水化物 16.1 g	熱量 230 kcal 塩分 1.9 g たんぱく質 12.3 g 脂質 12.3 g 炭水化物 19.5 g	熱量 266 kcal 塩分 2.5 g たんぱく質 11.8 g 脂質 15.8 g 炭水化物 21.5 g	熱量 255 kcal 塩分 2.0 g たんぱく質 15.1 g 脂質 14.1 g 炭水化物 19.1 g	熱量 252 kcal 塩分 2.2 g たんぱく質 10.7 g 脂質 11.7 g 炭水化物 27.2 g	熱量 245 kcal 塩分 2.5 g たんぱく質 13.1 g 脂質 13.2 g 炭水化物 20.3 g

明日の食卓
舞
製造 下関アグリフードサービス

豚肉のオイスター炒め 高野豆腐の含め煮 白菜と竹輪のさっと煮 ブロッコリーと魚肉ソーセージのサラダ 春雨の韓国風サラダ 金時豆煮 えび・かに・小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	カレイのから揚げ南蛮だれ 切干大根と豚肉の炒り煮 絹揚げとひじきの煮物 カリフラワーのカレーマヨ和え 蒸し鶏の棒棒鶏風 キャベツの青のり和え 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	タンドリー風チキン クラムチャウダー風 小松菜の煮浸し ツナとマカロニのサラダ いんげんハムサラダ 金平ごぼう 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	アジの味噌煮たれ 里芋のそぼろ煮 もやしと卵の炒め物 青梗菜の梅マヨ和え 三目豆 いんげんのピーナッツ和え 小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・鶏肉・りんご	油淋鶏 野菜と豚肉の味噌炒め 豆腐の中華煮 白菜とツナのとりみ煮 大根と鮭フレークのおかか和え 南瓜の粉チーズ和え えび・小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・さけ・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	豆腐とエビのチリソース煮 サワラのから揚げ 根菜の炒り煮 春雨と野菜の甜面醬炒め しろ菜のゆず浸し 人参ナムル えび・小麦・乳成分・落花生・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	赤魚のみりん焼き 蓮根と豚肉の炒り煮 人参とえのきの明太子炒め 小松菜のごまマヨ和え きゅうりとツナの酢の物 肉焼売 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
熱量 287 kcal 塩分 3.0 g たんぱく質 20.8 g 脂質 13.1 g 炭水化物 24.7 g カルシウム 249 mg ビタミンD 1.84 μg	熱量 342 kcal 塩分 2.8 g たんぱく質 19.0 g 脂質 18.1 g 炭水化物 28.8 g カルシウム 231 mg ビタミンD 6.10 μg	熱量 331 kcal 塩分 2.5 g たんぱく質 17.9 g 脂質 19.6 g 炭水化物 23.5 g カルシウム 264 mg ビタミンD 1.58 μg	熱量 274 kcal 塩分 2.8 g たんぱく質 20.6 g 脂質 12.3 g 炭水化物 23.4 g カルシウム 226 mg ビタミンD 5.55 μg	熱量 358 kcal 塩分 3.2 g たんぱく質 19.7 g 脂質 20.6 g 炭水化物 26.5 g カルシウム 236 mg ビタミンD 0.98 μg	熱量 339 kcal 塩分 3.5 g たんぱく質 20.5 g 脂質 17.6 g 炭水化物 26.1 g カルシウム 326 mg ビタミンD 2.15 μg	熱量 315 kcal 塩分 2.8 g たんぱく質 20.9 g 脂質 15.3 g 炭水化物 25.9 g カルシウム 215 mg ビタミンD 2.20 μg

明日の食卓
ば
製造 下関アグリフードサービス

白飯 赤魚の味噌焼き カリフラワーサラダ 大豆のケチャップ煮 小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・りんご	白飯 じゃが芋と豚肉の中華炒め がんと人参の煮物 ブロッコリーと卵のサラダ 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 ミニ白身魚フライオーロラソース キャベツのクリーム煮 いんげんのごま和え 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 タンドリー風チキン 白菜と小松菜の中華煮 里芋の青のり和え 小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン	白飯 カレイのきのこあんかけ 絹揚げと蓮根の味噌炒め マカロニのオーロラソースサラダ 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 鶏肉のから揚げ 小松菜とあさりの煮浸し 春雨の韓国風サラダ かに・小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・りんご	白飯 白身魚天の甘酢醤油だれ 人参のナポリタン風 ごぼうサラダ 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・りんご
熱量 366 kcal 塩分 1.3 g たんぱく質 16.9 g 脂質 8.7 g 炭水化物 56.2 g	熱量 373 kcal 塩分 1.6 g たんぱく質 12.2 g 脂質 10.7 g 炭水化物 59.6 g	熱量 428 kcal 塩分 1.2 g たんぱく質 9.5 g 脂質 17.3 g 炭水化物 59.3 g	熱量 397 kcal 塩分 1.5 g たんぱく質 14.5 g 脂質 12.9 g 炭水化物 57.3 g	熱量 359 kcal 塩分 1.4 g たんぱく質 15.1 g 脂質 8.1 g 炭水化物 57.8 g	熱量 404 kcal 塩分 1.6 g たんぱく質 12.8 g 脂質 13.2 g 炭水化物 59.4 g	熱量 383 kcal 塩分 1.6 g たんぱく質 10.8 g 脂質 11.8 g 炭水化物 59.9 g

0.0

1月26日(月)～2月1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 **健**
製造 下関アグリフードサービス

1月26日(月)	1月27日(火)	1月28日(水)	1月29日(木)	1月30日(金)	1月31日(土)	2月1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) 油淋鶏/絹さや 大豆のクリーム煮 根菜とこんにゃくの甘辛煮 ピーマンとツナのサラダ 小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	白飯(食物繊維添加) サワラのはちみつ照り焼き 蓮根と豚肉の炒り煮 蒸し鶏の棒棒鶏風 ひじきのドレッシング和え 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(食物繊維添加) 豚肉と木耳のオイスター炒め サーモンマヨカツ ツナの卵炒め いんげんハムサラダ えび・小麦・卵・乳成分・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) カレイのカレー風味唐揚げ 根菜の炒り煮 ひじきと大豆のサラダ さつま芋のミルク煮 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン	白飯(食物繊維添加) 鶏肉と蓮根の炒め物 小松菜とあさりの煮浸し カリフラワーのトマト煮 ほうれん草と鮭フレークのマヨサラダ 小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・大豆・鶏肉・りんご	白飯(食物繊維添加) メルルーサの照り焼き 水菜と豚肉のさっと煮 白菜のぼん酢マヨネーズ和え もやしと木耳の中華和え 小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・大豆・豚肉・りんご	白飯(食物繊維添加) 鶏肉の香草焼き 野菜と豚肉の炒め物 五目しんじょの含め煮 ほうれん草のナムル風 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
熱量 546 kcal 塩分 2.2 g たんぱく質 18.4 g 脂質 19.5 g 炭水化物 77.1 g カルシウム 219 mg ビタミンD 1.02 μg 食物繊維 5.80 g	熱量 467 kcal 塩分 2.0 g たんぱく質 20.7 g 脂質 13.3 g 炭水化物 70.3 g カルシウム 108 mg ビタミンD 3.29 μg 食物繊維 5.20 g	熱量 528 kcal 塩分 2.2 g たんぱく質 18.5 g 脂質 17.3 g 炭水化物 78.0 g カルシウム 105 mg ビタミンD 3.86 μg 食物繊維 6.70 g	熱量 520 kcal 塩分 1.9 g たんぱく質 20.2 g 脂質 14.8 g 炭水化物 78.5 g カルシウム 288 mg ビタミンD 6.81 μg 食物繊維 5.90 g	熱量 508 kcal 塩分 2.3 g たんぱく質 20.8 g 脂質 16.5 g 炭水化物 71.2 g カルシウム 203 mg ビタミンD 1.11 μg 食物繊維 6.70 g	熱量 470 kcal 塩分 2.1 g たんぱく質 20.8 g 脂質 12.2 g 炭水化物 72.5 g カルシウム 286 mg ビタミンD 3.63 μg 食物繊維 5.80 g	熱量 520 kcal 塩分 2.2 g たんぱく質 22.0 g 脂質 20.3 g 炭水化物 65.8 g カルシウム 216 mg ビタミンD 1.52 μg 食物繊維 5.50 g

明日の食卓 **華**
製造 下関アグリフードサービス

1月26日(月)	1月27日(火)	1月28日(水)	1月29日(木)	1月30日(金)
5日間コース				
トンカツ サワラのはちみつ照り焼き 大豆五目煮 切干大根のごま煮 ごぼうサラダ キャベツのコンソメ煮 人参と卵の炒め物 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	メルルーサのから揚げ南蛮だれ 牛肉とミックスビーンズのトマト煮 ごぼうとこんにゃく煮 春雨のすき煮 南瓜とレーズンのサラダ 小松菜と厚揚げの煮物 わかめの生姜酢和え うぐいす豆 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	豚肉の生姜焼き 赤魚の塩こうじ焼き 絹揚げのピリ辛煮 マカロニのイタリアンサラダ ひじきと蓮根の炒り煮 さつま芋のごま和え きゅうりとツナの酢の物 春菊の煮浸し 小麦・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	豆腐とエビのチリソース煮 油淋鶏 もやしと卵の炒め物 白菜と竹輪のさっと煮 いんげんのピーナッツ和え 大根のひき肉炒め 里芋の青のり和え 南瓜とひじきの甘煮 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	肉豆腐 エビカツ 木耳と玉子中華炒め しる菜とカニカマの青じそドレッシング和え 大豆と揚げの煮物 カリフラワーサラダ ワカメぬた(郷土料理) 糸こんにゃくの真砂煮 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 495 kcal 塩分 3.0 g たんぱく質 22.7 g 脂質 27.6 g 炭水化物 41.0 g	熱量 373 kcal 塩分 2.8 g たんぱく質 18.6 g 脂質 17.7 g 炭水化物 39.6 g	熱量 344 kcal 塩分 3.2 g たんぱく質 23.8 g 脂質 14.8 g 炭水化物 32.5 g	熱量 368 kcal 塩分 3.8 g たんぱく質 18.1 g 脂質 19.4 g 炭水化物 33.4 g	熱量 379 kcal 塩分 3.8 g たんぱく質 17.7 g 脂質 20.6 g 炭水化物 36.1 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。

おかず **ワタミ株式会社**
製造

やみつき香味だれの油淋鶏(ユージンチー) 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	有機きく芋使用!牛肉と野菜の炒め物 小麦・さば・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	国産サンマの煮付け 小麦・さば・大豆・卵・乳成分	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がけ 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	カリフラワーの炒め物 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉	こうや豆腐ときのこの和風炒め 小麦・大豆・豚肉	いんげんとごぼうの卵の花 小麦・大豆・ごま	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
人参と玉子の炒め物 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉	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・さば・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 369 kcal 塩分 3.3 g たんぱく質 17.5 g 脂質 20.8 g 炭水化物 30.1 g	熱量 386 kcal 塩分 2.7 g たんぱく質 16.7 g 脂質 27.4 g 炭水化物 18.9 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 352 kcal 塩分 2.5 g たんぱく質 12.8 g 脂質 24.5 g 炭水化物 21.3 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

【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。

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

1月28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

明日の食卓『豊』献立表

1月26日(月)～2月1日(日)

製造元: 下関アグリフードサービス株式会社

1月26日(月)	1月27日(火)	1月28日(水)	1月29日(木)	1月30日(金)	1月31日(土)	2月1日(日)
5・7日間コース					7日間コースの方のみお届け	
ホキのごま焼き	鶏肉の甜面醤マヨ炒め	赤魚の照り焼き	ヒレカツ	スペイン風オムレツ ホワイトソース	豚プルコギ	タラの磯辺天ぷら
ミニチキン竜田/マカロニベジタブルソテー	カレーのきのこあんかけ	春巻きと揚げ餃子	シーフードカレー	サワラの塩焼き	アジ大葉フライ	鶏肉のコチジャン炒め
じゃが芋のカレー風味煮	高野豆腐の含め煮	カリフラワーのトマト煮	鶏大根煮	豆腐の旨塩煮	青梗菜の中華ミルク煮	根菜とこんにゃくの甘辛煮
ひじきと蓮根のサラダ	春雨のマヨサラダ	春菊とかにカマのゆず和え	キャベツとチーズのサラダ	ツナとブロッコリーのサラダ	大豆サラダ	じゃが芋の明太ドレ和え
いんげんとえのきの和え物	ほうれん草と錦糸卵の和え物	南瓜の粉チーズ和え	小松菜としらすの和え物	人参のさっぱり和え	キャベツのレモン風味和え	ほうれん草のピーナッツ和え
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・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・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	えび・小麦・卵・乳成分・いか・ごま・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご	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・りんご	小麦・卵・乳成分・落花生・ごま・大豆・鶏肉・りんご
熱量 375 kcal たんぱく質 21.7 g 脂質 19.9 g 炭水化物 28.3 g 塩分 3.1 g	熱量 394 kcal たんぱく質 27.5 g 脂質 22.5 g 炭水化物 21.4 g 塩分 3.0 g	熱量 432 kcal たんぱく質 19.7 g 脂質 22.8 g 炭水化物 40.1 g 塩分 3.0 g	熱量 406 kcal たんぱく質 18.9 g 脂質 23.5 g 炭水化物 30.3 g 塩分 3.0 g	熱量 358 kcal たんぱく質 19.9 g 脂質 19.0 g 炭水化物 27.6 g 塩分 2.5 g	熱量 360 kcal たんぱく質 20.3 g 脂質 19.3 g 炭水化物 29.0 g 塩分 3.0 g	熱量 386 kcal たんぱく質 24.0 g 脂質 20.7 g 炭水化物 28.6 g 塩分 3.0 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
1月28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。

  くる

0120-272-428
083-995-3638

受付: 月～金 9:00～18:00