

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**6/19 (水)**までにお問い合わせ致します。

国産応援ご膳 (おかずのみ)

**冷**...このマークが入ったメニューは容器を温める前に取り出して下さい。

<p>6/24 (月)</p>	<p>●とり天 抹茶塩 (国産鶏もも肉使用) ○白菜とさつま揚げの和風炒め ○煮物 (さつま芋・椎茸・ささげ) <b>冷</b>○大根の柚子風味和え ○かに風味シューマイ</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、えび、かに】</p>
<p>エネルギー 461kcal    たんぱく質 20.2g    脂質 26.6g    炭水化物 35.6g    塩分 3.2g</p>		
<p>6/25 (火)</p>	<p>●助宗タラのレモンバターソース ○煮物 (白揚げ・蓮根・南瓜・ワカメ) ○ポテトのマスタード炒め <b>冷</b>○大根とじゃこの梅和え ○豚と野菜のピリ辛炒め (産直豚小間肉使用)</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 378kcal    たんぱく質 24.5g    脂質 17.2g    炭水化物 29.9g    塩分 3.2g</p>		
<p>6/26 (水)</p>	<p>●チーズイン照り焼きハンバーグ ○千草焼きの貝柱風味あん <b>冷</b>○白菜とオクラのおかか和え ○チリコンカン (国産豚ひき肉使用) ○鶏とふきの山椒きんぴら (国産鶏もも肉使用)</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 413kcal    たんぱく質 22.5g    脂質 21.6g    炭水化物 31.4g    塩分 3.1g</p>		
<p><b>栄養士 おすすめ</b> 6/27 (木)</p>	<p>●サワラのねぎ味噌焼き ○鶏肉と竹の子の高菜炒め (国産鶏もも肉使用) <b>冷</b>○ツナと野菜のサラダ ○煮物 (花がんも・チンゲン菜) ○豚レバー竜田のおろしソース (国産豚レバー使用)</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 404kcal    たんぱく質 28.9g    脂質 20.4g    炭水化物 28.2g    塩分 2.7g</p>		
<p>6/28 (金)</p>	<p>●回鍋肉 (国産豚ロース肉使用) ○鶏の塩麴唐揚げ (国産鶏もも肉使用) ○竹の子のザーサイ炒め <b>冷</b>○小松菜とツナのごま和え ○煮物 (大根・五目しんじょ・さつま芋)</p>	<p>【小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 408kcal    たんぱく質 22.3g    脂質 24.0g    炭水化物 26.8g    塩分 2.8g</p>		

※届きましたら冷蔵庫で保管し、当日午後10時までにお召し上がりください。

- ・献立表は商品のお届け日まで保管をお願いします。(都合によりメニューを変更させて頂く場合がございます。)
- ・アレルギー表示は、【 】内に、卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・大豆 について表示しています。
- ・このお弁当は、おいしさを保つ為に急速冷却機にかけていますので、冷たいままお届けしています。召し上がる前にカップに入った冷菜・別添のタレ等は取り出し、電子レンジで約2分温めて下さい。(機種によって温め時間は異なります)
- ・魚介類・肉類・玉子等の食材は温め時間により破裂する恐れがあります。温めの際は、容器のふたを閉めて下さい。
- ・セロリを使用した場合、まれに筋が入っていることがありますが、品質に問題はありません。

お問い合わせ先 (コールセンターにおかけの際は最初に「夕食宅配の件で・・・」とお伝えください。)

東都生協 コールセンター    フリーコール **0120-1010-68** 月曜日～金曜日の9時～18時30分  
フリーダイヤル圏外 **042-480-7222** (通話料有料)