

※この週のキャンセル、数量・コースの変更は、**7/17 (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>7/22 (月)</p>	<p>●助惣鱈の香草パン粉焼きトマトソース ○焼売の野菜あんかけ 【新メニュー!】 ○さつま芋と豚肉の照り煮 (産直豚小間肉使用)  ○きゅうりとわかめのごま醤油サラダ ○コロッケ</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【卵、小麦、大豆、えび、かに】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 462kcal    たんぱく質 23.8g    脂質 19.6g    炭水化物 47.7g    塩分 2.9g</p>		
<p>7/23 (火)</p>	<p>●レモンバターチキン (国産鶏もも肉使用) ○野菜のポトフ ○青菜のさっと煮  ○きゅうりときくらげの中華和え ○キャベツとベーコンのガーリック炒め</p>	<p>【卵、乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 389kcal    たんぱく質 21.9g    脂質 22.0g    炭水化物 28.6g    塩分 2.9g</p>		
<p>7/24 (水)</p>	<p>●白身魚 (ホキ) のきのこあんかけ ○イカと鶏肉の中華炒め (国産鶏もも肉使用) ○大根とがんもの煮物  ○ほうれん草のピーナッツ和え ○ハッシュドビーフ (国産牛切落とし肉使用)</p>	<p>【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆、落花生】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 401kcal    たんぱく質 26.1g    脂質 21.6g    炭水化物 26.7g    塩分 2.8g</p>		
<p>7/25 (木)</p>	<p>●豚肉と竹の子の玉子炒め (国産豚ロース肉使用) ○ロールキャベツのコンソメ煮カレー風味 ○小松菜のザーサイ炒め  ○オクラとセロリのおかか和え ○炊き合わせ (つみれ、南瓜、椎茸、その他)</p>	<p>【卵、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【卵、乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 388kcal    たんぱく質 23.2g    脂質 21.7g    炭水化物 26.4g    塩分 2.3g</p>		
<p> 栄養士 おすすめ 7/26 (金)</p>	<p>●天ぷら盛り合わせ ○白菜の和風炒め (国産鶏もも肉使用) ○ふきとベーコンのソテー  ○きゅうりと大根の浅漬け ○豚肉のすき煮 (産直豚バラ肉使用)</p>	<p>【小麦、大豆、えび】 【乳、小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】 【小麦、大豆】 【乳、小麦、大豆】</p>
<p>エネルギー 416kcal    たんぱく質 17.1g    脂質 28.4g    炭水化物 26.0g    塩分 3.1g</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

0120-1010-68 (通話料無料)

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)