

コープしが 夕食サポート つながり

〈夕食ニュース〉 NO. 314
4月22日号

いつも夕食サポートをご利用いただきありがとうございます。
ゴールデンウィークのお弁当のお届けについてご案内いたします。
冷凍おかずを毎週ご登録の皆様は、5月2日(木)にGW4食セットをお届けいたします。
詳細につきましては、今週配布している「ゴールデンウィークの冷凍おかず・ゴールデンウィークフェア」チラシ(両面)のご確認をお願いいたします。
5月7日(火)より通常通りの営業となります。よろしくお願いたします。

4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
昭和の日 休み	配達	配達	配達 冷凍おかず GW4食	憲法記念日 休み	みどりの日 休み	こどもの日 休み
5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月12日
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
振替休日 休み	配達	配達	配達	配達	休み	休み



「川柳特集277号」

春おもう 夕食サポート 木の芽和え (大津市 女性 80歳)
(事務局より、夕食サポートのお弁当で季節を感じてもらえて嬉しいです。今後ともお願いたします。)

頭を噛む 令和の獅子は 病除け (東近江市 男性 82歳)
【子供の頃は獅舞いが来たら頭を噛んでもらうと賢くなるとの伝説がありました。高齢者になれば病除けであってほしいです。】
(事務局より、地域によって様々な伝統がありますね。病除けには、やはり規則正しい生活でしょうか。)

1人居に 七壇飾り 華やかに (長浜市 女性 85歳)
【成人の孫が来て飾りました。賑やかに嬉しいです。】
(事務局より、お雛様を飾り、バツと明るくなった様子が伝わってきます！)

素敵な川柳などをありがとうございます。ぜひ、一句ご応募ください！

お問い合わせ・お申し込みは
お気軽にお電話下さい。 コールセンター **0120-709-502** 受付時間
月～金 8:30～20:00
土 8:30～15:00

きりとり

☆「ちょっと教えて!」、「川柳」や「趣味」「ちょっとした楽しみ」などをお寄せください。(紙面でご紹介します♪) 314
※ご記入ください ⇒ お住まい()市・町・村 性別(男・女) 年齢()歳

★季節や夕食にまつわる川柳を募集しています。お寄せいただいた川柳は、この紙面でご紹介いたします。

五 七 五

※サポーター(配達担当者)にお渡しください。ご不在の方は、保冷箱に入れてください。

冷凍おかず(土・日曜・祝日コース)

今回の冷凍おかずの数量変更の受け付け締め切りは
4月17日(水)です。

ご利用例 1食税込626円 4/26(金)にお弁当・おかずと一緒にお届けします。

※写真は全てイメージです。

日付	献立	アレルギー	栄養成分	商品特徴	イメージ写真	
4月27日	土	さほのみそ煮 ハンバーグ彩り野菜ソース かぼちゃとおくらの煮物 ツナと白菜の炒め煮 ひじきの煮物 チャブチエ	小麦 小麦・乳成分 小麦 小麦 小麦 小麦	エネルギー 320 kcal たんぱく質 17.2 g 脂質 15.5 g 炭水化物 25.7 g 食塩相当量 2.4 g	【さほのみそ煮】骨のない質やすいさほを白みそでじっくり煮込みました。やさしい甘みと白みそが程よい一品です。 【ハンバーグ彩り野菜ソース】やわらか仕立てのハンバーグにトマト風味の自家製のソースをかけました。ソースにはツナ・キャベツ・マッシュルーム・にんじんなどのカラフルな野菜を使っ彩りも豊かです。	 レンジ目安 500W 4分30秒
4月28日	日	ホキの磯天和風あん 牛肉の炒め物(トマト風味) 高野豆腐の煮物 白菜の煮びたし 茄子の生姜醤油 いんげんの和え物	小麦・卵・乳成分 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦	エネルギー 360 kcal たんぱく質 18.4 g 脂質 19.4 g 炭水化物 28.9 g 食塩相当量 2.2 g	【ホキの磯天和風あん】磯の香りが広がるホキのつぶにだしを効かせた優しいお味の和風あんをかけました。 【牛肉の炒め物(トマト風味)】牛肉と玉ねぎをダイストマトソースと焼肉のタレで炒め合わせました。	 レンジ目安 500W 4分10秒
4月29日	月	ぶりのもろみ焼き 肉じゃが 冬瓜のかに風味あんかけ 豆腐の中華炒め ほうれん草のおひたし 切干大根とツナの塩ほん酢和え	小麦 小麦 小麦・卵・かに 小麦 小麦	エネルギー 357 kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 15.5 g 炭水化物 28.3 g 食塩相当量 2.6 g	【ぶりのもろみ焼き】「しょうゆもろみ」を加えただれにぶりを漬けこみ焼き上げました。しょうゆの深い味わいのコクと香りがきいた一品です。 【肉じゃが】だしをきかせた肉じゃがは、やさしい味付けで仕上げました。	 レンジ目安 500W 4分20秒

使用添加物につきましては、お届けする商品包装でご確認ください。コールセンターへお問い合わせいただきましたら、折り返しご連絡させていただきます。

組み合わせ自由+(プラス) 「組み合わせ自由+(プラス)」だけの注文はできません。(今回だけのお届けもできます)

お届け日	商品名	セット内容	特徴
4月25日(木)	おまかせフルーゼット 税込540円 注文番号 232	チリ・オーストラリア 皮ごと食べられる種なしぶどう(赤系) 200g フリリピン 特熟バナナ 470g(4~6本程度)	酸味が少なく皮ごと食べられる。 (多少の程粒・量目調整あり・時期により表の形状が高なる) 昼夜の温度差がある圃場で栽培したバナナ。
4月25日(木)		注文番号 231 フリリピン 甘熟王パイナップル(ブロック) 200g 消費期限:お届け日翌日 税込価格354円	食べやすい一口サイズにカットしました! 甘みたっぷりのパイナップルです!
4/22(月)~4/26(金)		注文番号 006 税込価格108円 炊きたて冷やし込みご飯 150g	滋賀県甲賀産キヌヒカリを早期に炊き上げました。 配達日、当日の23時までにお召し上がりください。
4/22(月)~4/26(金)	注文番号 293 税込価格213円 サラダ 消費期限:お届け日翌日	【野菜1/2日分サラダ175g】キャベツ、大根、白菜、人参、レタス、玉葱、紫キャベツ、水菜、紅芯大根、紫玉葱、南瓜、サニーレタス、ロメインレタス、赤パプリカ、黄パプリカ、グリーンリーフ、トレビス	

夕食サポート当面のお届けカレンダー

お問い合わせ・お申し込みは
お気軽にお電話下さい。 **0120-709-502** 受付時間
月～金 8:30～20:00
土 8:30～15:00

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

月	火	水	木	金	土	日
						1 2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

■ 枠は、休日のため夕食サポートのお届けはありません。

切り取り線

【今週の献立アンケート】今週の献立についてお聞きします。
ご利用の夕食はどれでしょうか? →「お弁当」「4種おかず」「6種おかず」「旬彩御膳」「やわらかおかず」「減塩おかず」「冷凍おかず」(Oをお付け下さい)
[1]今週の良かった献立は何でしたか? [2]今週のおいしくなかった献立は何でしたか?

組合員CD お名前 サポーターNo

