

組合員コールセンターからのお知らせです

2025年4月1日(火)から

「電話注文センター」と「問い合わせセンター」の

受付時間が変わります

ご利用の皆さまにはご不便をお掛けいたしますが、何卒ご理解とご協力のほどお願いいたします。

●問い合わせセンター ☎ **0120-709-502**

受付時間 2025年3月31日まで

2025年4月1日から

月曜～金曜	午前8:30～午後8:00
土曜	午前8:30～午後3:00

午前9:00～午後7:30
午前9:00～午後3:00

※日曜日は休業日です。

お盆週や年末年始は営業時間を一部変更させていただく場合がございます。その際は別途、ホームページ等でご案内させていただきます。



《川柳特集311号》

ジャンボクジ 細川さんまで 踊り出す (近江八幡市 男性 84歳)
 サンタさん 煙突無い家 土産無し (近江八幡市 男性 84歳)
 (事務局より:我が家には、細川さんもサンタさんもいらっしゃいませんでした(涙。))

伊吹山 冬が来たぞと 雪帽子 (長浜市 男性 91歳)
 冬の朝 部屋をあたため ひ孫待つ (長浜市 男性 91歳)
 (事務局より:雪が降るような寒い朝でも、元気に顔を出してくれるひ孫さんの姿が、目に浮かぶようです。)

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!

きりとり

☆お弁当やおかずのご意見・ご感想や、リクエストなどもお気軽にお寄せください。 361

※ご記入ください ⇒ 組合員コード() お名前() 回答(要・不要)

ご記入いただいた個人情報は、「夕食サポート」の対応のみに使用し、他の目的に使用することはありません。

☆「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♪)

※ご記入ください ⇒ お住まい()市・町 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・祝日セット)

1食あたり 税込626円

注文締切日 3月19日(水)

お届け日 3月28日(金)

日付	献立	アレルギー	栄養成分	商品特徴	イメージ写真
3月29日 土	さばのみそ煮 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 チャブチェ	小麦 小麦・乳成分 小麦 小麦 小麦 小麦	エネルギー 318 kcal たんぱく質 17 g 脂質 15.6 g 炭水化物 26.3 g 食塩相当量 2.4 g	【さばのみそ煮】骨のない食べやすいさばを白みそでじっくりと煮込みました。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。ソースにはスッキーニ・黄ピーマン・赤ピーマン・にんじんなどのカラフルな野菜を使って彩りも豊かです。	 レンジ目安 500W 4分30秒
3月30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天ぷら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

使用している添加物は、お届けする商品包材でご確認ください。

お弁当と一緒にいかがですか?

注文締切日 3月19日(水)

ご飯・サラダ・牛乳はお弁当・おかずとセットでご注文ください。こちらの商品のみの注文はできません。今回のみのご利用もできます。ご注文に関するご相談はお気軽に組合員コールセンターまでお寄せください。

お届け日を選べます。お好きな曜日をお選びください。		毎週木曜日にお届けします。 ※祝日等の関係で曜日が変更になることがあります。	
お届け日:3月24日(月)~28日(金)		お届け日:3月27日(木)	
注文番号 006	 炊きたて冷やし込みご飯 150g 税込108円	注文番号 293 冷蔵	 野菜1/2日分サラダ 175g 税込213円
消費期限:お届け日当日22時 甲賀産コシヒカリ・キヌヒカリのブレンド米。		消費期限:お届け日翌日 17種類の野菜が入ったサラダ。	
注文番号 300 冷蔵	 殺菌方法 120℃ 2秒 乳脂肪分 3.6%以上 生乳産地 鳥取県 せいきょう牛乳 200ml × 3本 税込230円		賞味期間:お届け日含め10日 乳

夕食サポートお届けカレンダー

■枠は、夕食サポートのお届けはありません。

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

お問い合わせ・お申込みはお気軽にお電話ください。

組合員コールセンター **0120-709-502**

受付時間 月～金 8:30～20:00 土 8:30～15:00

※4月1日(火)からは左ページ記載のとおり変更になります



夕食サポート

※天ぷらの内容はコメント欄に記載しておりますので、ぜひご覧ください。

お弁当コース

ご飯(滋賀県産)

今週のコメント

3/28(金)は『アジのエスカベッシュ風』が登場します。スペイン発祥の地中海料理の1つで、魚に爽やかな甘酸っぱいタレをかけています。

3月24日(月)				
献立名	アレルギー			
牛肉とチンゲン菜のウスターソース炒め				
ピーマンとブロッコリーのチリ玉炒め	卵・乳			
わかめと小エビのさっと煮	小麦・えび			
カリカリ大豆のごま和え	乳・小麦			
レッドキャベツと玉ねぎのラベ				
ごはん				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
494 kcal	13.4 g	18.3 g	68.0 g	1.9 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、焼成Ca、リン酸Ca、カゼインNa、リン酸塩(Na)、グリシン、消泡剤、乳化剤、着色料(パブリカ)、酸味料、焼成Ca、増粘多糖類、酢酸Na、酵素				

3月25日(火)				
献立名	アレルギー			
チキンカツ	卵・乳・小麦			
春雨と野菜の炒め物	小麦			
なすのポン酢和え	小麦			
大根とツナの和え物	小麦			
うぐいす豆				
ごはん				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
480 kcal	10.6 g	14.5 g	73.6 g	1.2 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酸味料、酒精、増粘剤(キサンタン)、焼成Ca、リン酸Ca、甘味料(アセスルファムK、ステビア)、香辛料、乳酸Ca、消泡剤、着色料(コチニール、カラメル)、増粘多糖類、香料				

3月26日(水)				
献立名	アレルギー			
白身魚ハンバーグのカレーソース	卵・乳・小麦			
ほうれん草とベーコンのおかか金平	卵・乳・小麦			
じゃが芋と人参の味噌炒め	小麦			
オクラとカニカマのオーロラソース和え	卵・小麦			
白菜の海苔和え	小麦			
ごはん				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
453 kcal	12.4 g	9.4 g	78.7 g	1.8 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、クチナン、パブリカ、トマト)、酒精、炭酸Ca、カゼインNa、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、増粘多糖類、くん液、pH調整剤、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、リン酸Ca、V.B2、乳化剤、増粘剤(グアーガム)、酸味料、消泡剤、香料				

3月27日(木)				
献立名	アレルギー			
回鍋肉	小麦			
南瓜コロッケ	乳・小麦			
カリフラワーとピーマンの柚子風味和え	小麦			
ミックスナムル	乳・小麦			
きやらぶき	小麦			
ごはん				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
585 kcal	12.6 g	22.1 g	78.9 g	1.9 g
使用添加物				
増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、グリシン、調味料(アミノ酸等)、着色料(パブリカ、カラメル)、酢酸Na、酒精、甘味料(ステビア)、増粘多糖類、保存料(ソルビン酸K)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、香料、酸味料、焼成Ca、加工デンプン、酵素、消泡剤				

3月28日(金)				
献立名	アレルギー			
アジのエスカベッシュ風				
煮物(厚揚げ、人参)	小麦			
白菜と竹輪のペペロンチーノ風炒め				
タマゴシエルマカロニサラダ	卵・乳・小麦			
わらび餅				
わかめごはん				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
541 kcal	16.8 g	17.2 g	76.0 g	1.8 g
使用添加物				
加工デンプン、トレハロース、豆腐用凝固剤、pH調整剤、グリシン、調味料(アミノ酸等)、酢酸Na、増粘多糖類、酒精、酸化防止剤(V.C)、香料、漂白剤(次亜硫酸Na)、リン酸Ca、着色料(カロチン)、焼成Ca、消泡剤、香辛料、酵素、酸味料				

4種類のおかずコース

今週のコメント

3/25(火)の『天ぷら3種』はカニのふんわり天、竹輪、筍とコーンのかき揚げです。是非ご賞味ください！

献立名	アレルギー			
豚肉とほうれん草のスタミナ炒め	小麦			
エビカツ	卵・乳・小麦・えび			
ひじきと大豆の煮物	小麦			
れんこんのピクルス	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
311 kcal	15.8 g	16.3 g	25.6 g	1.9 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、カゼインNa、リン酸塩(Na)、セルロース、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、くん液、増粘多糖類、着色料(クチナン、カロチン、紅麴、コチニール)、香辛料、発色剤(亜硝酸Na)、リン酸Ca、増粘剤(加工デンプン)、酵素、焼成Ca、酸味料、消泡剤、炭酸塩(Ca、Na)				

献立名	アレルギー			
天ぷら3種	卵・乳・小麦・かに			
牛すき焼き	小麦			
菜の花と椎茸の炒め物	小麦			
わかめとシラスの柚子風味和え	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
400 kcal	11.7 g	24.6 g	33.6 g	1.8 g
使用添加物				
加工デンプン、グリシン、調味料(アミノ酸等)、酒精、酢酸Na、pH調整剤、着色料(紅麴、カロチン、カラメル)、香料、シロ糖エステル、豆腐用凝固剤、酸化防止剤(V.C)、消泡剤、焼成Ca、酵素、増粘剤(キサンタン)、乳化剤、ベーキングパウダー、酸味料				

献立名	アレルギー			
鶏肉のきじ焼き	小麦			
サバの磯辺バター焼き	乳・小麦			
切干大根とピーマンのトマト煮	乳・小麦			
カリフラワーと人参の和え物	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
395 kcal	23.3 g	24.9 g	14.0 g	2.5 g
使用添加物				
増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酒精、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、香料、乳化剤、酸味料、着色料(クチナン、カラメル)、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、焼成Ca、加工デンプン、消泡剤、酵素				

献立名	アレルギー			
アジのタンドリー焼き	小麦			
あっさり麻婆なす				
春巻	乳・小麦・えび			
ピーマンと玉ねぎのさっぱり塩昆布和え	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
342 kcal	17.6 g	20.1 g	20.1 g	2.0 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、pH調整剤、酒精、着色料(カラメル)、酸化防止剤(V.C)、酸味料、リン酸Ca、香料、消泡剤、酵素、焼成Ca				

献立名	アレルギー			
メンチカツ&ホタテフライ	乳・小麦			
アカウオの生姜煮	小麦			
和風パンブキンサラダ	卵・小麦			
ごぼうの旨塩炒め				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
301 kcal	14.7 g	17.3 g	22.1 g	1.6 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン、グアーガム)、アルギニン、着色料(カラメル、カロチン)、塩化Ca、香料、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、香辛料、消泡剤、酸味料				

6種類のおかずコース

今週のコメント

3/26(水)の『白身魚ハンバーグのカレーソース』は新メニューです。あっさりとした白身魚ハンバーグに少しピリ辛なカレーソースをかけました。

献立名	アレルギー			
牛肉とチンゲン菜のウスターソース炒め				
ピーマンとブロッコリーのチリ玉炒め	卵・乳			
揚げ餃子の和風あんかけ	小麦			
わかめと小エビのさっと煮	小麦・えび			
カリカリ大豆のごま和え	乳・小麦			
レッドキャベツと玉ねぎのラベ				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
401 kcal	14.0 g	28.6 g	24.0 g	2.9 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、香料、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、消泡剤、着色料(パブリカ)、増粘多糖類、グリシン、酢酸Na、乳化剤、焼成Ca、酵素、酸味料				

献立名	アレルギー			
チキンカツ	卵・乳・小麦			
春雨と野菜の炒め物	小麦			
ごぼうと油揚げの炒め煮	小麦			
なすのポン酢和え	小麦			
大根とツナの和え物	小麦			
うぐいす豆				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
393 kcal	11.5 g	24.0 g	33.3 g	2.7 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチン、クチナン、パブリカ)、トマト)、酒精、炭酸Ca、カゼインNa、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、くん液、増粘多糖類、pH調整剤、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、リン酸Ca、消泡剤、乳化剤、V.B2、香料、ベーキングパウダー、酸味料、増粘剤(グアーガム)				

献立名	アレルギー			
白身魚ハンバーグのカレーソース	卵・乳・小麦			
ほうれん草とベーコンのおかか金平	卵・乳・小麦			
れんこんのフリッター	卵・乳・小麦			
じゃが芋と人参の味噌炒め	小麦			
オクラとカニカマのオーロラソース和え	卵・小麦			
白菜の海苔和え	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
367 kcal	13.6 g	17.7 g	40.6 g	3.3 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチン、クチナン、パブリカ、トマト)、酒精、カゼインNa、リン酸塩(Na)、炭酸Ca、酸化防止剤(V.C)、くん液、増粘多糖類、pH調整剤、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、リン酸Ca、消泡剤、乳化剤、V.B2、香料、ベーキングパウダー、酸味料、増粘剤(グアーガム)				

献立名	アレルギー			
回鍋肉	小麦			
南瓜コロッケ	乳・小麦			
こんにやくとひらたけの煮物	小麦			
カリフラワーとピーマンの柚子風味和え	小麦			
ミックスナムル	乳・小麦			
きやらぶき	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
436 kcal	11.8 g	27.5 g	32.5 g	2.9 g
使用添加物				
増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、グリシン、酒精、調味料(アミノ酸等)、水酸化Ca、着色料(パブリカ、カラメル)、酢酸Na、pH調整剤、甘味料(ステビア)、酸化防止剤(V.C)、増粘多糖類、保存料(ソルビン酸K)、乳酸Ca、加工デンプン、消泡剤、香料、酵素、焼成Ca、酸味料				

献立名	アレルギー			
アジのエスカベッシュ風				
煮物(厚揚げ、れんこん、人参)	小麦			
切干大根の煮物	小麦			
白菜と竹輪のペペロンチーノ風炒め				
タマゴシエルマカロニサラダ	卵・乳・小麦			
わらび餅				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
405 kcal	17.8 g	21.5 g	34.6 g	1.7 g
使用添加物				
加工デンプン、トレハロース、豆腐用凝固剤、pH調整剤、グリシン、酒精、酢酸Na、増粘多糖類、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、香料、漂白剤(次亜硫酸Na)、リン酸Ca、着色料(カロチン)、香辛料、酵素、焼成Ca、消泡剤、酸味料				

8種類のおかずコース

旬彩御膳

今週のコメント

3/26(水)は『餃子キムチ鍋風』です。キムチには、腸内環境を整える効果や、免疫カアップ、代謝促進、脂肪燃焼効果など、さまざまな健康効果が期待できます。

献立名	アレルギー			
サバの塩焼き	卵・乳・小麦・えび			
肉うどん	小麦			
いんげん炒め物	小麦			
じゃが芋とコーンのバター醤油炒め	乳・小麦			
ブロッコリーのサラダ	小麦			
かんぴょう煮	小麦			
焼売	乳・小麦			
わかめのお赤しそ和え				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
483 kcal	22.0 g	25.4 g	42.1 g	4.0 g
使用添加物				
加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、酒精、酸味料、着色料(カラメル、カロチン、クチナン)、ベーキングパウダー、消泡剤、増粘剤(キサンタン、加工デンプン、増粘多糖類)、甘味料(ステビア)、香料、乳化剤				

献立名	アレルギー			
トンカツ ソース&マスタード添え	乳・小麦			
ブリのねぎ塩だれ	小麦			
キャベツの煮物	小麦			
オクラのおかか和え	小麦			
大豆サラダ	卵			
南瓜の煮物	小麦			
中国風こんにやくの金平	小麦			
オレンジ				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
456 kcal	23.1 g	21.6 g	47.1 g	4.1 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、増粘多糖類、酵素、消泡剤、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、着色料(カラメル、ウコン)、香料、pH調整剤、焼成Ca、酒精、酸味料、酸化防止剤(V.C)、V.B1、メタリン酸Na、漂白剤(次亜硫酸Na)、乳酸Ca、香辛料、水酸化Ca				

献立名	アレルギー			
タラのけんちん蒸し	卵・小麦			
餃子キムチ鍋風	乳・小麦			
エビカツ	卵・小麦・えび			
カリフラワーのコンソメ炒め	卵・乳・小麦			
切干大根サラダ	卵・小麦			
ごぼ天煮	卵・小麦			
大学芋	小麦			
山菜の和え物	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
419 kcal	22.8 g	18.7 g	39.9 g	4.1 g
使用添加物				
加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、酸味料、酒精、増粘剤(キサンタン、グアーガム)、酸化防止剤(V.C)、着色料(カロチン、ベニコウジ、クチナン、カラメル、銅葉緑素)、ホリリン酸Na、消泡剤、ソルビット、カゼインNa、リン酸塩(Na)、くん液、増粘多糖類、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、メタリン酸Na、漂白剤(次亜硫酸Na)、甘味料(ステビア)				

献立名	アレルギー			
よだれ鶏	小麦			
はんぺんチーズフライ	卵・乳・小麦			
じゃが芋の明太子マヨ炒め	卵			
いんげんのピーナツ和え	小麦・落花生			
千草焼	卵			
花がんもの煮物	小麦			
大根ステーキ	小麦			
野沢菜漬け	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
401 kcal	25.8 g	21.3 g	30.1 g	3.8 g
使用添加物				
加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、酸味料、酒精、酸化防止剤(V.C、V.E)、増粘剤(グアーガム、加工デンプン、増粘多糖類)、炭酸Ca、乳化剤、着色料(パブリカ、アナトー、ターメリック、カラメル、クチナン、コチニール、カロチン、紅麴)、消泡剤、香料、香辛料、凝固剤、リン酸塩(Na)、ベーキングパウダー				

献立名	アレルギー			
肉団子の酢豚風	卵・乳・小麦			
カレイのバター醤油ムニエル	乳・小麦			
れんこん磯辺揚げ	小麦			
キャベツとカニカマのマヨサラダ	卵・乳・小麦・かに・えび			
小松菜のなめ茸和え	小麦			
南瓜のコンソメ煮	乳・小麦			
わかめの甘辛炒め	小麦			
生姜の醤油漬け	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
456 kcal	21.1 g	21.1 g	48.1 g	3.5 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、消泡剤、酒精、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類、キサンタン)、香料、酸味料、着色料(クチナン、カロチン、カラメル、V.B2、紅麴)、香辛料、酸化防止剤(V.E、V.C)、増粘多糖類、pH調整剤、メタリン酸Na、漂白剤(次亜硫酸Na)、ベーキングパウダー、甘味料(ステビア)、保存料(ソルビン酸K)				

やわらかおかずコース

今週のコメント

3/26(水)『天ぷら 3種』は鶏肉、エビ、菜の花です。人気の天ぷらの具材の中でもエビはいつも好評です。

献立名	アレルギー			
アカウオの煮付け	卵・小麦			
じゃが芋と鶏肉の炒め物	小麦			
キャベツの中華和え	卵・乳・小麦			
ブロッコリーサラダ	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
221 kcal	18.8 g	7.8 g	21.3 g	2.6 g
使用添加物				
酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、酒精、加工デンプン、ソルビット、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(増粘多糖類、アルギン酸Na、加工デンプン、キサンタン)、トレハロース、香料、ホリリン酸Na、消泡剤、着色料(クチナン)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ステビア)				

献立名	アレルギー			
スパニッシュオムレツ	卵・乳・小麦			
サバの塩焼き	卵・乳・小麦			
白菜と油揚げの煮物	小麦			
大根なます				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
339 kcal	20.3 g	19.5 g	19.2 g	2.7 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、クチナン)、酸味料、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、香料、乳化剤、消泡剤、凝固剤、酒精、加工デンプン、リン酸塩(Na)、セルロース				

献立名	アレルギー			
天ぷら 3種	小麦・えび			
大根としんじょの炊合せ	卵・小麦			
ほうれん草のごま和え	小麦			
わかめとカニカマの酢の物	卵・乳・小麦・かに・えび			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
305 kcal	19.1 g	13.8 g	27.3 g	2.0 g
使用添加物				
加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等				