

≪夕食ニュース≫

No. 392 10月27日号

「昼食用お弁当(おかず)」取り扱いが11月からスタート!!

組合員さんのご要望にお応えして「昼食用お弁当(おかず)」の取り扱いを始めます。品質と 美味しさを長く保てる包装パックでお届けします。



• お届け翌日(金曜日お届け分は翌週月曜日)の昼食にお召し上がりいただけます。

※イメージイラスト

おかず5品で税込:590円の予定です。

詳しくは別途お配りしているチラシをご覧ください。

≪川柳特集337号≫

一人居は食べる支度も夢の中(甲良町女性92歳)弁当の中身うれしい口うまし(甲良町女性92歳)何もせず食べる楽しみ弁当あり(甲良町女性92歳)

【いつもありがとうございます。手を汚さずに食べる幸せに感謝です。淡白な味付けもよいのですが、 もう一味工夫いただけたらと思います。】

(事務局より:お役に立てているようでありがとうございます。味付けについてはいろいろなご意見をいただきますので、さらに良いものになるように頑張っていきます。)

すずしさを かんじる弁当 おたのしみ (近江八幡市 男性 78歳) 【暑い毎日です。夕食をとても楽しみにしていますが、涼しさを感じさせる「おかず」がほしいですね】 (事務局より:ご意見ありがとうございます。これからの季節では「暖かさを感じる」でしょうか?いろいろエ夫してみます。)

残り物 福あるはずが この酷暑 (野洲市 男性 80歳) 【残り物には福があるといいますが、全てがそうだとは限らないようですね。】 (事務局より:全く同感です。「四季」が亡くなってしまいそうで怖いです。。。)

梅干しが 干し梅となりし 猛暑かな (愛荘町 男性 88歳) (事務局より:本当に暑すぎましたね。梅干しも可哀そう???)

ありがたき 今年も稲穂 こうべ(頭)たれ!! (大津市 男性 89歳) (事務局より: 豊作に期待! ですね)

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。

※ご記入ください ⇒ 組合員コード() お名

)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ございません。

☆「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

と

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・祝日セット)

1食あたり 税込626円

注文締切日 10月22日(水) お届け日 10月31日(金)

日付	献立	アレルゲン	栄養成分	商品特徴	イメージ写真
11月1日	鮭のみそ漬け焼き 鶏肉のおろしソースがけ キャベツのさっと煮 きんぴらごぼう	小麦 小麦 小麦	エネルギー 384 kcai たんぱく質 22.3 g 脂質 19.4 g 炭水化物 28.3 g	【鮭のみそ漬け焼き】西京風甘みその漬けだれに漬け込みました。 【鶏肉のおろしソースがけ】やわらかく ジューシーに揚げた鶏の唐揚げに、かつおだ	
±	ロマネスコカリフラワーのごま和え 春雨の炒め物	小麦•乳成分 小麦	食塩相当量 2.2 g	しの効いたおろしソースをたっぷりとかけま した。	レンジ目安 500W 4分20秒
11月2日	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 チャプチェ	小麦 小麦・乳成分 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦	エネルギー 318 kcal たんぱく質 17 g l l l l l l l l l l l l l l l l l l	【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パーグにトマト風味の自家製のソースをかけました。ソースにはズッキーニ・黄ビーマン・赤ビーマン・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
11月3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 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
(古田I	ている添加物は お届けする	商品匀材でご確	:		

使用している添加物は、お油けする商品包材でご確認ください。

注文締切日 10月22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。

お届け日が選べます。お好きな曜日をお選びください。

お弁当と一緒にいかかですか?

お届け日:10月27日(月)~10月31日(金)

注文番号 006



炊きたて冷やし込みご飯 150g

税込132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。 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:お届け日翌日 | 17種類の野菜が入ったサラダ。 ※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:10月30日(木)

毎週木曜日にお届けします。

殺菌方法 120°C 2秒 乳脂肪分 3.6%以上 生乳産地 鳥取県

冷蔵

注文番号

300



せいきょう牛乳 200㎡×3本

税込246円

乳

賞味期間:お届け日含め10日

夕食サポートお届けカレンダー ■枠は、夕食サポー

■枠は、夕食サポートのお届けはありません。

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

12/29はお弁当等の配達はお休みです。 お正月用品のみの特別配達日です。

お問い合せ・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 9:00~19:30 土 9:00~15:00



お弁当コース ご飯(滋賀県産)

今週のコメント

10/29(水)の『天ぷら2種 天つ ゆ添え』は、鶏天とオクラです。 10/31(金)はハロウィンのため 『南瓜のハニーマヨサラダ』をご 用意しました。南瓜の収穫ピーク は夏ですが、2~3ヶ月経った10 ~12月が旬です。

10	月 27	日(月	月)		
	献立名		アレノ	レゲン	
メバノ	レの竜田揚	計げ	小	麦	
煮物(さ	小	麦			
ほうれん草		小麦			
オクラと玉れ	きのフレン	ノチサラダ	卵		
白菜	のなめ茸利	コえ	小麦		
	ごはん				
エネルギー	炭水化物	食塩相当量			
534 kcal	16.8 g	15.8 g	76.3 g	1.8 g	
流特 知識教訓		用添加物 (C) リン酸Ca	融表 玉	划 接非多	

※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。

(キサンタン)、消泡剤、香辛料、加工デンプン、焼成Ca、調味料(ア ミノ酸等)、酸味料

	10 月 28 日 (火)									
		アレノ	レゲン							
麻婆豆腐						小	麦			
里芋とウインナーの煮物						小	麦			
	ごぼう	うのフリ	ッタ	!—		卵・乳	・小麦			
チンゲン	ン菜と	ささみの	りご	まドレ利	え	卵•	小麦			
		金時豆	ī							
		ごはん	,							
エネルギー		蛋白質	Ī	脂質		炭水化物	食塩相当量			
504	kcal	15.3	g	14.2	g	73.4 g	1.5 g			
豆腐用凝固	使用添加物 豆腐用凝固剤、酒精、調味料(アミノ酸等)、香料、甘味料(ステピア、スクラロース、ア									

10 0 0 0 1 / 1/2 \

セスルファムK)、増粘剤(キサンタン、加エデンブン、増粘多糖類、グアーガム)、消 泡剤、pH調整剤、ベーキングパウダー、着色料(カロチン、カラメル)、酸味料

10	月 29	日(カ	k)					
	献立名		アレノ	レゲン				
天ぷら2	卵・乳	,小麦						
	五目煮							
キャベツと	キャベツとコーンのくるみ和え							
	ゲティサラ		卵•	小麦				
ひらたけ	けのあっさり	J金平						
わ	かめごはん	,						
エネルギー	炭水化物	食塩相当量						
547 kcal	78.5 g	2.5 g						
調味料(アミノ砂等) 河		月添加物 生名無料 グリシン	あたあかい。 あかイレ	昨止剤(ソ)の				

調味料(アミノ酸等)、酒精、中間整剤、増粘多糖類、グリシン、酢酸炒。酸化防止剤(VC)、着色料(カラメル、カロチン)、水酸化Ca、乳酸Ca、凝固剤、乳化剤、増粘剤(加エデン、キナンタン)、香辛料、酵素、焼成Ca、消泡剤、ベーキングハウダー、酸味料、加エラブ、キナンタン)、香辛料、酵素、焼成Ca、消泡剤、ベーキングハウダー、酸味料、加エラ

10 月 30 日 (木)										
		レゲン								
	ぼうの塩レヨ		小	麦						
なすとピ-	ーマンの和	風だれ	卵・乳	∵小麦						
カリフラワーと	小	麦								
玉ねぎと	エリンギの	炒め物	小	麦						
小松菜と	きゅうりの	和え物	小麦							
	ごはん									
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量						
457 kcal	12.5 g	14.0 g	66.5 g	1.3 g						
	使月	月添加物								

加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、炭酸Ca、酒精、酸味料、カゼインNa リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、くん液、pH調整剤、着色料(クチナシ、トマト、カラメル)、増粘多糖類、香料、香辛料、発色剤(亜硝酸Na)、V.B1、消泡剤、酵素、焼成

10 月 31 日 (金)										
	献立名									
+	小	麦								
=		小	麦							
南瓜のノ	卵									
ブロッコリー	-とわかる	b (の酢の物	勿	小麦					
•	つぼ漬け	t			小麦					
	ごはん									
エネルギー	エネルギー 蛋白質 脂質		炭水化物	食塩相当量						
469 kcal 12.6 g 11.7 g				g	75.8 g	1.3 g				
調味料(アミノ酸等	(3) 藤味料		月添加物 i 精 · 博	\$11 (hr	-	/) 善色料				

(カラメル)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、糊料(キサン タン)、消泡剤、香辛料

4種類のおかずコース

今週のコメント

10/31(金)は、ハロウィンのため 『南瓜コロッケ』をご用意しまし た。もともとのハロウィンは「か ぶ」を使用していましたが、アメリ カにハロウィンが伝わってから 「南瓜」になったそうです。

6種類のおかずコース

10/29(水)の『天ぷら3種 天 つゆ添え』は、鶏天、れんこ ん、オクラです。 |『南瓜のハニーマヨサラダ』で

		アレノ	レゲン				
	カレイ	小	麦				
	味	乳・小麦					
Ŀ	<u>:</u> 一フン	小	麦				
ピー	マンと	カニカマ	マの	マヨ和	Ž.	卵-	小麦
エネルギー		蛋白質		脂質		炭水化物	食塩相当量
357	kcal	14.2	g	20.6	g	26.6 g	2.1 g
			/± E	日活力が			

加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、ポリリン酸Na、炭酸Ca、増粘多糖類、酵素、リン酸Ca、消泡剤、香辛料、増粘剤(キサンタ ン)、着色料(パプリカ、トマト)、V.B1、酸化防止剤(V.C)、酸味料

		献立名				アレノ	レゲン
	照焼	乳•	小麦				
>	バル	小	麦				
	白菜と	小	麦				
カリ	ノフラワ	7一のた	こめこ	茸和え		小	麦
エネル	ギー	蛋白質	ĺ	脂質		炭水化物	食塩相当量
372	kcal	kcal 16.5 g 19.4 g 30					3.2 g
			使月	月添加物			

調味料(アミノ酸等)、酒精、リン酸塩(Na)、着色料(カラメル) 凝固剤、リン酸Ca、消泡剤、焼成Ca、加エデンプン、pH調整剤、 酵素,酸味料

		献立名				アレルゲン		
	ブ	小麦						
	抖	孚	[• .	小麦				
大	豆とツ	乳∙小麦						
チ	ンゲン	菜と人	参0	り金平		小麦		
エネル	レギー	蛋白質	ŧ	脂質		炭水化	:物	食塩相当
362	kcal	19.4	g	24.2	g	19.7	g	2.0
流生	=m ±6.±	=m-4		用添加物 マミノ亜なる		ш т.		
1 · m ==	ᇇᆸᆲᇏᆇ			レニ / 曲だ立	+∸ \			117,820

|酒精、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、反酸Ca、リン酸 Ca、着色料(カラメル、ラック)、加エデンプン、酸味料、消 泡剤

	献立名						レゲン			
豚肉とキャベツのマスタード炒め						小麦				
サーモンフライ						小	麦			
	ごぼう	と筍の	炒め	り物		小麦				
		金時豆	Ē.							
エネルギー		蛋白質	ŧ	脂質		炭水化物	食塩相当量			
385	kcal	cal 14.0 g 26.2 g				20.8 g	1.6 g			
			ΦE	日沃加物						

酒精、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、酵素、焼成Ca、香 辛料、消泡剤、調味料(アミノ酸等)、加エデンプン、酸味

		献立名				アレ	ルゲン
	ソオカ	乳•	小麦				
服	家肉の	/]	\麦				
	厚揚(/]	\麦				
	大根と	人参σ)酢(の物		/]	\麦
エネルギー 蛋白質			脂質		炭水化物	食塩相当	
390	kcal	11.5	g	21.5	g	34.9 g	1.7 g
			1 = 0	ロイナッチ			

加工デンプン、豆腐用凝固剤、酒精、調味料(アミノ酸等)、着色料 (パプリカ、カロチン)、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、リン酸Ca、増 粘多糖類、乳化剤、消泡剤、焼成Ca、酵素、酸味料

今週のコメント

10/31(金)はハロウィンのため 是非ご賞味下さい!

	献立名					ルゲン			
ا لا	メバルの竜田揚げ					`麦			
煮物(いん				ŧ)	小	〉 麦			
ひじ	きと人参	のき	煮物			\麦			
	草と竹輪				小麦				
オクラと玉				ダ	卵				
白	菜のなめ	茸和	1え		小	\麦			
エネルギー 蛋白質			脂質		炭水化物	食塩相当量			
381 kc	31.0 g	2.5 g							
		使用	用添加物						

酒精、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、焼成Ca、香辛料、 |香料、酵素、消泡剤、加工デンプン、増粘剤(キサンタン)、調味料 (アミノ酸等)、酸味料

献立名						アレノ	レゲン	
麻婆豆腐						小	小麦	
里芋とウインナーの煮物					小	麦		
- ₹		上蒲鉾(小	麦	
	ごぼう	うのフリ	リッタ	!—		卵·乳·小麦		
チンゲ	ン菜と	ささみの	のご	まドレ利	1え	卵•	小麦	
		金時豆	2					
エネルギー 蛋白質		脂質		炭水化物	食塩相当量			
368	kcal	17.1	g	19.6	g	28.1 g	2.6 g	
			/市日	泛加物				

使用添加物 加工デンブン、豆腐用凝固剤、酒精、調味料(アミノ酸等)、香料、甘味料(ステビア、 スクラロース、アセスルファムド)、増粘剤(キケンタン、加工デンブン、増粘多糖類、グ アーガム)、ベーキングパウダー、pH調整剤、着色料(コチニール、カロチン、カラメ

		アレノ	レゲン						
天	ミぷら3	卵・乳	卵∙乳∙小麦						
			麦						
じゃが	芋と玉	ねぎのマス	スタード	炒め	小	麦			
キャ	ベツと	コーンのく	(るみま	口え	小麦・くるみ				
	スパ	ゲティサラ	ラダ		卵•	小麦			
U	らたけ	のあっさ	り金平						
エネルギー		蛋白質	脂	質	炭水化物	食塩相当量			
442	kcal	13.4 g		g	40.7 g	2.4 g			
	使用关韧带								

使用添加物 調味料(アミ/酸等)、酒精、pH調整剤、増粘多糖類、水酸化Ca、グリシン、酢酸Na、酸化防 止剤(VC、VE)、着色料(カラメル、カロチン)、凝固剤、乳酸Ca、リン酸Ca、クエン酸、乳化 剤、消泡剤、増粘剤(加エデンブン、キサンタン)、ベーキングハウダー、酸味料、香辛料、 加工デンプン、焼成Ca、酵素

			献立名				アレ	ルゲン	
					Eン炒め		小	`麦	
	なす	トトトー		卵・乳・小麦					
		牛肉	卵・乳	·小麦					
	カリフラ	ワーと	魚肉ソー	ーセ	一ジのネ	〔物	小麦		
					炒め物		小麦		
	小	公菜と	きゅうり) の	和え物		1]	\麦	
	エネル	ギー	蛋白質	Ī	脂質		炭水化物	食塩相当量	
	440	kcal	13.9	g	30.7	g	25.7 g	2.0 g	
•				/it F	日活加物				

使用添加物 加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、皮酸Ca、酒精、増粘多糖類、カゼインNa、 リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、くん痰、内・関整剤、着色料(クテナシ、トマト、カロテン、 カラメル)、香料、香辛料、発色剤(亜硝酸Na)、酸味料、酵素、V.B1、焼成Ca、増粘剤(キサ ンタン)、消泡剤

	献立名		アレノ	レゲン		
	サケフライ		小	小麦		
•	-	麦				
	こんの炒め		小麦	・えび		
南瓜の	ハニーマヨ	サラダ	Ī	卵		
	-とわかめ	の酢の物	小	小麦		
	つぼ漬け		小	麦		
エネルギー 蛋白質 脂質			炭水化物	食塩相当量		
371 kcal	34.1 g	2.0 g				
	使	用添加物				

調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘剤(加エデンプン)、pH調整剤、酸 化防止剤(V.C)、リン酸Ca、香辛料、消泡剤、糊料(キサンタン)、着 色料(カラメル)、酸味料

8種類のおかずコース 旬彩沖膳

今週のコメント

10/31(金)は『天ぷら2種』で す。天ぷらの種類は メル ルーサ・小エビ入りのかき揚 げになります。

				レゲン			
	献立名						
カレ	カレイの唐揚げ						
	となすの味						
高野豆	腐と人参の	煮物	小	麦			
	ひじき煮		小	麦			
オクラ	と小エビの	浸し	小麦・えび				
	千草焼		Ŋ	i <u>D</u>			
	プキンサラ	ダ	Ď	ip			
;	わらび餅						
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量			
452 kcal	25.7 g	20.5 g	42.6 g	3.3 g			
	使月	用添加物					

酸味料、酒精、酸化防止剤(V·C)、pH調整剤、消泡剤、調味料(アミノ酸等)、増粘剤 (グァーガム、加工デンプン、キサンタン)、乳化剤、加工デンプン、焼成Ca、酵素、凝固剤 香辛料、ソルビット、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、ベーキングパウダー、着色料(カロテン)

	アレノ	レゲン			
マスのコー	卵				
	乳·小麦				
ジャ	ーマンポテ	· 卜		乳·小麦	
れん	こんの唐揚	iげ		麦	
ブロッ	コリーサラ	ダ	小麦		
ピーマ	こつの揚げ	曼し	小麦		
	ぺんの田楽	風	卵•	小麦	
	しば漬け				
エネルギー	炭水化物	食塩相当量			
463 kcal	20.8 g	29.6 g	32.5 g	3.2 g	
	使月	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、香辛料、消泡剤、着色料 (カラメル、クチナシ)、酸味料、酒精、酸化防止剤(V·C)、メタリン酸Na、漂白剤(次亜硫酸 Na)、増粘剤(グァーガム、キサンタン)、香料、甘味料(アスパルテーム、ステビア)、ソル

		献立名				レゲン							
		育ち牛の			小	麦							
フィッシ	/ユフラ	イのトマト	ソースか	いけ	乳∙小麦								
	もや		麦										
		んぴょう煮			小	麦							
ほ	うれん	草バター	ソテー		卵	卵•乳							
7	わかめ	のかつお	和え		小	麦							
†	支豆ペ	ペロンチー	一ノ風										
	7	オレンジ											
エネル	ギー	炭水化物	食塩相当量										
400	kcal	23.4 g	21.1	g	33.1 g	3.2 g							
		使 ************************************	用添加物		-LIEAU.O. Y	## #An+ ##							

加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、水酸化Ca、酒精、酸味料、 増粘剤(グァーガム、加工デンプン、増粘多糖類)、消泡剤、酸化防止剤(V·C)、着色料(カ ラメル、クチナシ)、増粘多糖類、カゼインNa、リン酸塩(Na)、くん液、発色剤(亜硝酸Na)

		献立名					レゲン	
オノ	シレツ	の和風	シラ	スあん		卵•小麦		
	ļ	小	麦					
	ľ	ぼうサ	ラダ			Ď	[i]	
	<u> </u>	お好み	·焼き	<u> </u>		卵-	小麦	
	オ	クラのえ	受し			小麦		
		ラワーの				乳•	小麦	
さつ	ま芋の	のシュフ	げー	バター		1	<u>-</u>	
	き	小	麦					
エネルギー 蛋			Ĩ	脂質		炭水化物	食塩相当量	
427	kcal	20.8	g	25.7	g	29.6 g	3.3 g	

調味料(アミノ酸等)、酸味料、酒精、加工デンプン、pH調整剤、焼成Ca、酵素、増粘剤(キサンタン、加工デンプン、増粘多糖類)、消泡剤、着色料(カラメル、ウコン、クチナシ、野菜)、増粘多糖類、香辛料、香料、乳化剤、膨張剤、甘味料(ソルビット)

	献立名		アレノ	レゲン	
	ノバタチキン	/	乳•	小麦	
Ŧ	卵・乳・小	`麦・えび			
熄	卵・乳	・小麦			
南	小	小麦			
ブロッ	コリーの和語	え物	小麦		
ナ	根なます				
椎	茸の炒め物	J	小	麦	
きゅう	小	麦			
エネルギー 蛋白質 脂質			炭水化物	食塩相当量	
463 kcal	28.7 g	27.8 g	32.3 g	3.4 g	

a) 甘味料(ステピア)

やわらかおかずコース

今週のコメント

白身のかれいは身が崩れやすい ですが、脂がのって柔らかくて食 べやすい魚です。10/27(月)はフ リッターにしています。

	アレルゲン				
豚肉	小	麦			
カレー	卵∙乳	∙小麦			
<u> </u>	トオムレツ	/		卵・乳	∙小麦
小柱	公菜の煮物	7		小	麦
エネルギー	蛋白質	脂質		炭水化物	食塩相当量
293 kcal	20.6 g	15.2	g	23.4 g	2.1 g

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、消泡剤、ベーキングパウダー、着色料(カロチン、カラメル)、増 粘剤(グァーガム)、甘味料(ソルビット)、酸味料

		アレ	ルゲン				
サワ	フラの:	卵•小麦					
炊合t	と(高里	/	\麦				
白	菜とさ		/	\麦			
玉	ねぎの	りカニカ	マ+	サラダ		卵・乳・小	麦・かに・えび
エネル	ギー	蛋白質	Ì	脂質		炭水化物	食塩相当量
270	kcal	18.4	g	15.1	g	18.1 g	2.3 g
			使日	日添加物			

加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、香辛料、酒精、消泡剤、豆腐用凝固剤、重曹、着色料(紅麹)、香料、

		アレノ	レゲン				
	キンカン	卵・乳・小麦					
	ひじき	小	麦				
	メバ						
れ	んこん	とツナ	の酉	作の物			
エネルギー		蛋白質		脂質		炭水化物	食塩相当量
292	kcal	18.7	g	10.8	g	31.6 g	2.4 g
			da E	日沃加物			

加エデンプン、焼成Ca、増粘多糖類、消泡剤、酒精、乳 酸Ca、酸化防止剤(V·C)、pH調整剤、調味料(アミノ酸 等)、酵素

		アレルゲン					
	マス	小	麦				
ハンバ	一グク	いけ	乳•	小麦			
ŧ۲	الحار		小麦				
-	ブロッコ	コリーの)和.	え物		小	麦
エネルギー		蛋白質	蛋白質		脂質		食塩相当量
293	kcal	19.4	g	15.2	g	20.6 g	2.4 g
			佑 E	日沃加伽			

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、香料、消泡剤、リン酸塩(Na)、 着色料(カラメル)

			MV-77-JD				101	072	
			小麦						
		ブリ		卵・乳・小麦	き・かに・え				
	ほ	うれん		小麦					
		t	バんも	煮			小麦		
	エネルギー		蛋白質		脂質		炭水化物	食塩相当	
	298	kcal	22.7	g	18.7	g	16.0 g	2.4	
				使月]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、酸化防止剤(V·C)、消泡剤、酒精、酸味料、着色料(紅 麹)、香料

減塩おかずコース

10/31(金) σ ゆ添え』は、 ラです。 天つゆをかけ

さい。

		エビミックスフライ					卵・乳・小麦・えび					
今週のコメント	野	野菜と蒲鉾の酢味噌和え							小麦			
			茶福豆	Ž								
の『天ぷら3種 天つ	エネル	/ギー	蛋白質	Ę	脂質		炭水化	心物	食塩相	当量		
タラ、さつま芋、オク	410	kcal	12.1	g	27.0	g	27.7	g	1.7	g		
	使用添加物											
けてお召し上がりくだ	かんすい、	pH調整剤 斗、消泡剤	J、酸化防止 、V.B1、炭	剂(V	西精、増粘剤 .C)、リン酸(着色料(紅麦	Ca、 +	シロース	λ. V.	B2、焼	戎		

八宝菜

	アレア	レゲン		
カレ	小麦			
南	乳•	小麦		
ほうれん草	小	麦		
オクラと	ささみのピ	クルス	小	麦
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
369 kcal	15.2 g	20.3 g	31.0 g	1.3 g
·	使月	用添加物	•	

着色料(パプリカ)、凝固剤、酸化防止剤(V.C)、pH調整 加エデンブン、調味料(アミノ酸等)、ポリリン酸Na、増粘多糖類、pH 剤、リン酸Ca、増粘多糖類、酸味料、V.B1、消泡剤、酒精

		ア	<u>'レノ</u>	レゲン							
-	ンカツ	孚	[· /	小麦							
	メバル		小	麦							
マ:	カロニ	孚	[· /	小麦							
わ	かめと	えのき	の	トムル			小	麦			
エネル	ギー	蛋白質	Ę	脂質	脂質		:物	食塩相当量	ì		
373	kcal	15.4	g	20.8	g	29.3	g	1.9 g			
	使用添加物										

調整剤、酸化防止剤(V.C)、酵素、漂白剤(次亜硫酸Na)、V.B1、着 色料(カラメル)、消泡剤、酒精、酸味料

Ī		献立名		アレルゲン		
	デミグラス	ソースハン	バーグ	乳∙小麦		
	根菜とさつ	中華炒め	卵・乳	・小麦		
	里芋の	卵・乳	・小麦			
	小松菜	のピーナツ	/和え	小麦・	落花生	
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
	352 kcal	11.3 g	19.9 g	31.4 g	2.1 g	
		(生)	ロイナーナー			

調味料(アミノ酸等)、加エデンブン、着色料(カラメル、カロチン、果実)、リン酸塩(Na)、増粘剤(加エデンブン、グアーガム)、酸化防止剤(VE、亜硫酸塩)、リン酸 Ca、乳化剤、香料、増粘多糖類、酢酸Na、pH調整剤、消泡剤、ベーキングバウダー 酸味料、グリシン、VBI、酒精

		アレ	ルゲン								
天	きぷら3	卵·乳·小麦									
	J	小麦									
	スパ	卵∙小麦									
ピーマ	ンと玉	Ĩ	卵								
エネルギー		蛋白質		脂質		炭水化物	食塩相当量				
370	kcal	13.5	g	20.4	g	33.1 g	1.6 g				
康田美加梅											

調味料(アミノ酸等)、豆腐用凝固剤、D+調整剤、酢酸Na、グリシン、着色料(カラメル、カロチン)、ベーキングパウダー、香辛料、甘味料(ステビア、スクラロース、アセスルファムK)、消泡剤、乳化剤、酸味料、増粘剤(加エデンプン、増粘多糖類、キサンタ

【お願い】 ★温める際は、フタを取り、生野菜・和え物・サラダ等を取り出し、電子レンジで(500W)おかずコースは1分30秒、ごはんコースは2分を目安に温めて下さい。★食器の返却は、スポンジで軽く洗って翌日(翌営業日)にお返し下さい。

原材料の仕入れ状況により、メニュー(原材料)を変更させて頂く事があります。 栄養成分値は、献立表の作成時の計算値であり、食材や調理方法により多少前後する場合があります。

・商品お届け後は、冷蔵庫で保管し、当日の午後10時までにお召し上がり下さい。 ・アレルゲン物質の義務表示8品目を使用している商品に、「小麦、そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ」の表示をしています。《お願い》アレルゲン表示はあくまでも目安です。使用前には必ず商品の原材料欄をご確認ください。

小麦

・同じ製造ラインで、「小麦、そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ」の原材料を用いたおかずを製造しています。・コロッケ、肉類、魚介類、卵などは電子レンジの加熱時間により破裂することがありますので、ご注意下さい。 ・食事療法をされている方、アレルギーのある方は、事前に医療機関にご相談下さい。 ・味にはお好みがありますので、ご自身で調味料はご用意下さい。

だしは天然だしを 使用しております!

