

【お正月準備号】【クリスマスケーキ】チラシの商品をご注文の皆さまへ  
11月24日週の夕食サポートお届け明細書に、ご予約いただいた商品を  
掲載しています。

【★予約★:】と表示されている商品の商品名と数量をご確認ください。  
「11月29日(土)お届け」と掲載していますが、商品のお届けは12月末の  
商品ごとのお届け日となります。ご確認をお願いします。

【年末年始の冷凍おかず】チラシをお配りしています。  
こちらは、普段冷凍おかずをご登録いただいている方も 改めてご注文が  
必要です。お届け日程や内容などはチラシでご確認をお願いします。

《川柳特集342号》

勉強は とても楽しい たからもの (大津市 男性 10歳)  
【漢字50問テストで100点を取ってうれしい今日このごろ。】  
(事務局より:100点おめでとうございます！これからもその調子で頑張ってください！！)

つながり弁当 デパ地下の 味がする (近江八幡市 男性 83歳)  
真夏日に おせち広告 ちらほらと (近江八幡市 男性 83歳)  
こおろぎの 声が聞こえる 秋が来た (近江八幡市 男性 83歳)  
(事務局より:「デパ地下！」お褒めいただきありがとうございます。季節は着実にすすんでいますね。)

大雨の ストライクゾーン より離れたよ (東近江市 男性 83歳)  
【台風も大雨が滋賀県は遠く離れて助かりました、ありがたいことです。】  
(事務局より:本当に感謝ですね。天候が悪いとお弁当のお届けがちゃんとできるか不安になります…。)

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！

「昼食弁当(おかず)」取り扱いがスタート！詳しくは「献立表」をご覧ください。

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。

397

※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

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 11月26日(水)  
お届け日 12月5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
12月6日 土	カレイの香味焼き 鶏肉の甘酢あんかけ ほうれん草の白和え 若竹煮 れんこんの甘辛煮 梅しそめん	小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦・卵	エネルギー 350 kcal たんぱく質 21.8 g 脂質 14 g 炭水化物 30.9 g 食塩相当量 3 g	【カレイの香味焼き】カレイを自社で配合した醤油、みりん、酒、酢などの調味料に漬け込み、香ばしく焼き上げました。 【鶏肉の甘酢あんかけ】鶏肉を酒、醤油、生姜で下味をつけ油で揚げ、玉ねぎが入った甘酢をかけました。下味の醤油(塩味)、玉ねぎの甘み(甘味)、甘酢あん(酸味)が調和してごはんに合う一品に仕上がりました。	 レンジ目安 500W 4分20秒
12月7日 日	さばの煮付け ごぼう入り肉豆腐 じゃがいものカレーコンソメ炒め ブロッコリーのジュレサラダ 小松菜と切干大根のごましょうゆ 茎わかめの当座煮	小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦	エネルギー 311 kcal たんぱく質 16.8 g 脂質 13 g 炭水化物 30.6 g 食塩相当量 2.8 g	【さばの煮付け】脂ののった骨なしさばを、甘辛く生姜風味の味付けにしました。ごはんのおかずにもってこいの一品です。 【ごぼう入り肉豆腐】大きめサイズの豆腐を、牛肉や香り豊かなごぼうと一緒に煮込みました。ほっとするような懐かしい味に仕上がりました。	 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 11月26日(水)

ご飯はお弁当・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。		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：12月1日(月)～12月5日(金)		お届け日：12月4日(木)	
<div>注文番号 006</div> <div></div> <div>炊きたて冷やし込みご飯 150g</div> <div>税込132円</div> <div>消費期限：お届け日当日22時</div> <div>甲賀産コシヒカリ・キヌヒカリ等のブレンド米。</div>	<div>注文番号 293</div> <div>冷蔵</div> <div></div> <div>野菜1/2日分サラダ 175g</div> <div>税込213円</div> <div>消費期限：お届け日翌日</div> <div>17種類の野菜が入ったサラダ。</div>	<div>注文番号 300</div> <div>冷蔵</div> <div></div> <div>殺菌方法 120℃ 2秒 乳脂肪分 3.6%以上 生乳産地 鳥取県</div> <div>せいきょう牛乳 200ml × 3本</div> <div>税込246円</div> <div>賞味期間：お届け日含め10日</div> <div>乳</div>	

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。

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

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 9:00～19:30 土 9:00～15:00









## 夕食サポート

「夕食だけでなく昼食用のお弁当も届けてほしい！」そんな組合員さんの声から生まれました。

パッケージ内の気体(空気中と同じ窒素や二酸化炭素など)の割合を変える包装方法で、美味しさを長持ちさせています。

## 昼食弁当(おかず)コース

### 今週のコメント

昼食弁当開始から1か月経ちました。ご満足いただけてますでしょうか。今後もホッとするひと時のお役にたてるよう努めさせていただきます。

日付はお届け日です。月曜日から木曜日お届け分は翌日14時まで／金曜日お届け分は翌週月曜日14時までにお召し上がりください。**夕食用弁当お届け日のみ、ご利用可能です。**

### 12月1日(月)

献立名	アレルギー
サバの味噌煮	小麦
ビーフンソテー	小麦
ポテトサラダ	卵・乳・小麦
豆ひじき	小麦
さくら漬け	
エネルギー 373 kcal	蛋白質 20.6 g
脂質 17.3 g	炭水化物 33.5 g
食塩相当量 3.2 g	
使用添加物	
調味料(アミノ酸等)、酒精、酢酸Na、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル、野菜)、グリシン、香料、香辛料、くん液、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、発色剤(亜硝酸Na)、酸化防止剤(V.C)、糊料(キタンサンガム)、酸味料	

### 12月2日(火)

献立名	アレルギー
BBQチキン	小麦
彩り野菜のクリーム煮	乳・小麦
ポテトサラダ	卵・乳・小麦
大根とピーマンの中華煮	小麦
昆布豆	小麦
エネルギー 366 kcal	蛋白質 21.9 g
脂質 20.3 g	炭水化物 20.3 g
食塩相当量 2.5 g	
使用添加物	
酢酸Na、グリシン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、加工デンプン、くん液、カゼインNa、リン酸塩(Na)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C、フェルラ酸)、セルロース、酒精、増粘多糖類、着色料(クチナシ、ターメリック、コチニール、カラメル)、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、酸味料、リン酸Ca、環状オリゴ糖、焼成Ca、酵素	

### 12月3日(水)

献立名	アレルギー
カレイの煮付け	小麦
なすとベーコンのラトウイユ	卵・乳・小麦
ポテトサラダ	卵・乳・小麦
オクラの和風煮	小麦
金時豆	
エネルギー 290 kcal	蛋白質 13.0 g
脂質 15.9 g	炭水化物 21.6 g
食塩相当量 1.3 g	
使用添加物	
酢酸Na、グリシン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類、キサンタンガム)、加工デンプン、くん液、カゼインNa、リン酸塩(Na)、pH調整剤、酸化防止剤(V.Cフェルラ酸)、酒精、増粘多糖類、着色料(クチナシ、ターメリック、コチニール、カラメル)、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、酸味料、リン酸Ca、環状オリゴ糖、焼成Ca、酵素	

### 12月4日(木)

献立名	アレルギー
豚肉の生姜焼き	小麦
揚げ餃子	小麦
ポテトサラダ	卵・乳・小麦
切干大根の煮物	小麦
梅ザーサイ	小麦
エネルギー 363 kcal	蛋白質 12.5 g
脂質 22.4 g	炭水化物 25.0 g
食塩相当量 2.6 g	
使用添加物	
酢酸Na、グリシン、酒精、調味料(アミノ酸等)、乳酸Ca、酸味料、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、香料、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、リン酸Ca、発色剤(亜硝酸Na)、くん液、香辛料、消泡剤、酵素、着色料(赤102、ターメリック、コチニール、カラメル)、加工デンプン、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、焼成Ca	

### 12月5日(金)

献立名	アレルギー
鶏肉と野菜の黒酢あん	卵・小麦
大根のそぼろあんかけ	小麦
金平れんこん	小麦
だし巻き卵	卵・小麦
茶福豆	
エネルギー 272 kcal	蛋白質 11.7 g
脂質 8.5 g	炭水化物 36.8 g
食塩相当量 2.7 g	
使用添加物	
加工デンプン、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、pH調整剤、トレハロース、ポリリン酸Na	

【お願い】 ★温める際は、電子レンジで(500W)1分～1分30秒を目安に温めて下さい。

- ・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、翌日の14時まで(金曜お届け分は翌月曜日の14時まで)にお召し上がりください。
- ・アレルギー物質の義務表示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」で表示しています。

《お願い》アレルギー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。

・お弁当の容器について、「洗っていただいたもの」については回収いたします。

だしは天然だしを  
使用しております！

生活協同組合コープしが

- ・同じ製造ラインで、「小麦、そば、卵、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、ご注意ください。
- ・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、調味料はご自身でご用意下さい。

### 注文用紙

締切日: 11月26日(水)

お届け日: 12月1日(月)から5日(金)

※夕食用弁当お届け日のみ、ご利用可能です。

センター:	サポーターCD	順番	サポーター名
組合員CD:	お名前:		

No. 031 昼食弁当(おかず) 税込: 590円

ご利用期間: 毎週・今週のみ

※毎週に○をされた場合、翌週以降のご注文は不要です。

必要数	月:	火:	水:	木:	金:
-----	----	----	----	----	----

※曜日ごとの必要数をご記入ください。



※イメージイラスト