

夕食サポート

お弁当コース

ご飯(滋養果産)
今週のコメント
今週の色ご飯は、1/13(火)の『わさびごはん』です。ほんのり香るわさびの風味が食欲をそそります。さっぱりとした味わいで、おかずとの相性も抜群です。1/16(金)の『天ぶら2種 天つゆ添え』は、カレイ、さつま芋です。

※天ぶ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。

1月12日(月)	献立名	アレルギー
大人の日 お休みです		

1月13日(火)	献立名	アレルギー
ブリの南部焼き メンチカツ 切干大根のあっさり煮 ほうれん草と人参の和え物 金時豆 わさびごはん	小麦 乳・小麦 小麦 小麦 小麦 小麦	小麦 乳・小麦 小麦 小麦 小麦 小麦
エネルギー 526 kcal	蛋白質 18.4 g	脂質 14.4 g 炭水化物 78.9 g 食塩相当量 2.1 g
使用添加物		
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、乳化剤、膨張剤、増粘剤(グアーガム)、香料、凝固剤、アルギニン、着色料(カラメル)、塩化Ca、焼成Ca、酸味料、pH調整剤、酵素、消泡剤		

1月14日(水)	献立名	アレルギー
豚肉と野菜のカレー炒め 煮物(ごぼう天、人参) 南瓜のごまドレサラダ 赤こんにゃくと小エビの炒め煮 白菜と梅ザーサイの和え物 ごはん	乳・小麦 卵・小麦 卵・小麦 小麦・えび 小麦・えび 小麦	乳・小麦 卵・小麦 卵・小麦 小麦・えび 小麦・えび 小麦
エネルギー 507 kcal	蛋白質 12.7 g	脂質 18.0 g 炭水化物 69.8 g 食塩相当量 1.5 g
使用添加物		
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、水酸化Ca、着色料(酸化鉄、カラメル、赤102)、pH調整剤、香料、乳酸Ca、酸化防止剤(VcO)、甘味料(ステビア)、酸味料、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、増粘剤(キサンタン)、リン酸Ca、焼成Ca、酵素、消泡剤		

1月15日(木)	献立名	アレルギー
鶏肉のレモン和え【新潟】 チンゲン菜とそぼろ卵の塩だれ炒め いんげんとツナの炒め物 中華風フライドポテト カリフラワーのピーナツ和え ごはん	小麦 卵・乳・小麦 小麦 小麦 小麦・落花生 小麦	小麦 卵・乳・小麦 小麦 小麦 小麦・落花生 小麦
エネルギー 565 kcal	蛋白質 18.4 g	脂質 16.9 g 炭水化物 79.8 g 食塩相当量 1.7 g
使用添加物		
加工デンプン、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(VcE、VcO)、香料、pH調整剤、リン酸Ca、乳化剤、グリシン、酢酸Na、酸味料(キサンタン)、消泡剤、VB1、増粘多糖類、酵素、焼成Ca、増粘剤(キサンタン)		

1月16日(金)	献立名	アレルギー
天ぶら2種 天つゆ添え きのこと豚ひき肉のコンソメ炒め 大豆と枝豆の煮物 小松菜とささみのマヨサラダ ピーマンのキムチ和え ごはん	卵・乳・小麦 乳・小麦 小麦 卵 小麦 小麦	卵・乳・小麦 乳・小麦 小麦 卵 小麦 小麦
エネルギー 563 kcal	蛋白質 18.2 g	脂質 16.7 g 炭水化物 83.2 g 食塩相当量 1.0 g
使用添加物		
調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、酸化防止剤(VcO)、グリシン、酢酸Na、着色料(カラメル、カロチン)、増粘剤(キサンタン)、リン酸Ca、消泡剤、香辛料、乳化剤、ベーキングパウダー、酸味料		

4種類のおかずコース

今週のコメント
1/16(金)は新メニューの『箭と人参の金平』です。箭と人参を、スパイシーなカレー風味で仕上げました。ご飯が進む、洋風な味わいの一品です。

献立名	アレルギー
大人の日 お休みです	

献立名		アレルギー	
ハンバーグのサルサソース		卵・乳・小麦	
野菜とエビの炒め物		卵・乳・小麦・えび	
野菜コロッケ		乳・小麦	
椎茸の佃煮		小麦	
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
335 kcal	12.3 g	17.7 g	30.3 g
使用添加物		食塩相当量	
		2.7 g	
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、酒精、着色料(カラメル、ブドウ糖)、pH調整剤、香料、リン酸Ca、酢酸Na、乳化剤、消泡剤、酸味料、増粘多糖類、グリシン			

献立名			アレルギー	
メバルの唐揚げ			小麦	
豚肉と春雨の炒め物			小麦	
さつま芋サラダ			卵	
れんこんとわかめの煮物			小麦	
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
403 kcal	17.0 g	25.1 g	25.1 g	2.0 g
使用添加物				
酒精、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、リン酸Ca、着色料(カラメル)、消泡剤、香辛料、酵素、加工デンプン、焼成Ca、酸味料				

献立名		アレルギー		
豚肉とほうれん草のチャンプルー		小麦		
白身魚の磯辺パン粉焼き		乳・小麦		
くわいのフリッター		卵・乳・小麦		
オクラとカニマの酢の物		小麦		
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
372 kcal	17.7 g	25.5 g	15.0 g	1.6 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン)、増粘多糖類、グアーガム、酒精、大豆用凝固剤、炭酸Ca、香料、酸味料、乳化剤、着色料(クチナシ、カロチン、パプリカ、トマト)、リン酸Ca、イーストフード、VcO、消泡剤、ベーキングパウダー、pH調整剤、酸化防止剤(VcO)、酵素、焼成Ca、環状オリゴ糖、加工デンプン				

献立名			アレルギー	
ブリ大根			小麦	
チキンカツのトマトソース			卵・乳・小麦	
筍と人参のカレー金平			小麦	
チンゲン菜とツナのシーザーサラダ			卵・乳	
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
352 kcal	19.8 g	21.4 g	22.8 g	2.3 g
使用添加物				
加工デンプン、酒精、pH調整剤、焼成Ca、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、着色料(カラメル)、香辛料、増粘剤(キサンタン)、調味料(アミノ酸等)、消泡剤、増粘多糖類、酸味料				

6種類のおかずコース

今週のコメント
今月のイベントメニューは、1/15(木)に『鶏肉のレモン和え』をご用意しました。新潟県燕市の学校給食で親しまれている人気メニューです。さっぱりとした酸味が鶏肉の旨を引き立てます。食卓を盛り上げます。1/16(金)の『天ぶら3種 天つゆ添え』は、カレイ、さつま芋、玉ねぎとコーンのかき揚げです。

献立名	アレルギー
大人の日 お休みです	

献立名	アレルギー			
ブリの南部焼き メンチカツ なすの玉ねぎ南蛮 切干大根のあっさり煮 ほうれん草と人参の和え物 金時豆	小麦 乳・小麦 小麦 小麦 小麦 小麦			
エネルギー 395 kcal	蛋白質 20.4 g	脂質 23.0 g	炭水化物 29.4 g	食塩相当量 2.0 g
使用添加物				
加工デンプン、酒精、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、増粘剤(ガーガム)、膨張剤、アルギニン、凝固剤、塩化Ca、着色料(カラメル)、香料、消泡剤、焼成Ca、pH調整剤、酵素、酸味料				

献立名	アレルギー			
豚肉と野菜のカレー炒め 煮物(大根、ごぼう天、人参) イカフライ 南瓜のごまドレサラダ 赤こんにゃくと小エビの炒め煮 白菜と梅ザーサイの和え物	乳・小麦 卵・小麦 小麦 小麦 小麦・えび 小麦・えび			
エネルギー 424 kcal	蛋白質 14.7 g	脂質 28.7 g	炭水化物 25.5 g	食塩相当量 2.3 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、水酸化Ca、着色料(酸化鉄、カラメル、赤102)、pH調整剤、香料、乳酸Ca、酸化防止剤(VcO)、甘味料(ステビア)、酸味料、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、増粘剤(キサンタン、グアーガム)、リン酸Ca、消泡剤、乳化剤、香料、酵素、焼成Ca、グリシン				

献立名		アレルギー	
鶏肉のレモン和え【新潟】		小麦	
チンゲン菜とそぼろ卵の塩だれ炒め		卵・乳・小麦	
白菜と蒲鉾の炒め物		小麦	
いんげんとツナの炒め物		小麦	
中華風フライドポテト		小麦	
カリフラワーのピーナツ和え		小麦・落花生	
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
469 kcal	21.1 g	24.5 g	38.0 g
食塩相当量			
3.0 g			
加工デンプン、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(VcE、VcO)、香料、pH調整剤、リン酸Ca、VB1、増粘多糖類、乳化剤、酸味料、消泡剤、酵素、着色料(カラメル、ニコチン)、増粘剤(キサンタン)、酢酸Na、焼成Ca、グリシン			

献立名		アレルギー	
天ぷら3種 天つゆ添え きのこと豚ひき肉のコンソメ炒め れんこんと筍の金平 大豆と枝豆の煮物 小松菜とささみのマヨサラダ ピーマンのキムチ和え		卵・乳・小麦 乳・小麦 小麦 小麦 卵 小麦	
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
421 kcal	17.1 g	20.9 g	44.0 g
食塩相当量		食塩相当量	
1.7 g		1.7 g	
使用添加物			
調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、酸化防止剤(VcO)、グリシン、酢酸Na、着色料(カラメル、カロチン)、増粘剤(キサンタン)、リン酸Ca、消泡剤、香辛料、乳化剤、ベーキングパウダー、酸味料			

8種類のおかずコース
旬彩御膳

今週のコメント
1/14(水)は『カジカツ&はんぺんチーズフライ』です。カジカツは、瀬戸内海産果汁を加え、さっぱりとした味付けになっています。レモン果汁の酸味が3種のハーブ(パセリ、バジル、オレガノ)の爽やかな香りがカジカツの旨味を引き立てています。

献立名	アレルギー
大人の日 お休みです	

献立名	アレルギー			
鶏チリ	小麦			
白身魚と豆腐のしんじょのあんかけ	卵・小麦			
金平ごぼう	小麦			
春巻	小麦			
フロッキーのシーザーサラダ	卵・乳			
こんにゃくの炒め物	小麦			
麩のラスク風 きなこ味	乳・小麦			
生姜の醤油漬	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
481 kcal	24.9 g	23.4 g	46.6 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、ベーキングパウダー、着色料(V-B2、カロチン、パプリカ、クチナシ)、消泡剤、膨張剤、酒類、酸化防止剤(VcO、V-E)、増粘剤(グアーガム、キサンタン)、加工デンプン、増粘多糖類、酒精、水酸化Ca、ソルビット、乳化剤、香辛料、甘味料(ステビア)、保存料(ソルビン酸K)、香料				

献立名	アレルギー	
カジカツ&はんぺんチーズフライ	卵・乳・小麦	
野菜と肉団子の旨煮	卵・乳・小麦	
切干大根のツナサラダ	小麦	
カリフラワーのコンソメ炒め	乳・小麦	
いんげんの和え物	小麦	
千草焼	卵	
がんもの煮物	小麦	
わかめのかつお和え	小麦	
エネルギー	炭水化物	食塩相当量
454 kcal	22.0 g	49.1 g
蛋白質	脂質	
22.0 g	19.3 g	4.0 g
使用添加物		
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、硫酸Ca、香料、乳化剤、着色料(カロチン、パプリカ、クチナシ、ターメリック、カラメル)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、リン酸塩(Na)、増粘剤(キサンタン)、加工デンプン、膨張剤、甘味料(アセスルファムK)、膨張剤		

献立名		アレルギー		
コブ豚と小松菜のにんにく醤油炒め		小麦		
ホッケの柚子胡椒焼き		卵・小麦		
焼ビーフン		小麦		
なすの味噌炒め				
オクラと小エビの浸し		小麦・えび		
キャロットラペ				
南瓜の甘辛揚げ		小麦		
バイン缶				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
406 kcal	23.1 g	22.6 g	30.5 g	3.7 g
使用添加物				
消泡剤、酸味料、酸化防止剤(VcO)、増粘剤(グアーガム、キサンタン)、加工デンプン、加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、着色料(カラメル、ニコチン)、増粘剤(キサンタン)、酢酸Na、焼成Ca、グリシン				

献立名		アレルギー	
アジの煮付け		小麦	
よだれ豆腐		小麦	
じゃが芋とコーンのバター醤油炒め		乳・小麦	
マカロニナポリタン		小麦	
フロッキーの和え物		小麦	
白菜ベーコン煮		卵・乳・小麦	
八幡巻き		小麦	
ふき旨煮		小麦	
エネルギー	蛋白質	炭水化物	食塩相当量
408 kcal	22.5 g	20.7 g	35.7 g 3.9 g
使用添加物			
pH調整剤、加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、酒精、酸味料、酸化防止剤(VcO)、消泡剤、増粘剤(グアーガム、キサンタン、増粘多糖類)、カゼインNa、リン酸塩(Na)、くろみ、増粘多糖類、着色料(クチナシ、カラメル)、香辛料、香料、乳化剤、品質安定剤(酢酸Ca)、ヒドロリン酸Na			

やわらかおかずコース

今週のコメント
1/14(水)は『サバの山椒焼き』です。山椒には整腸作用や内臓強化などの胃腸の機能を高める効果があり、促発汗作用による代謝の改善で肩こりや神経痛、冷え性の改善の効能も期待できます。

献立名	アレルギー
大人の日 お休みです	

献立名		アレルギー	
鶏唐揚げ&エビフライ タルタルソース添え 大根としそ和風あんかけ 白菜としそ昆布の和え物 卵焼き		卵・乳・小麦・えび 小麦 小麦 卵・小麦	
エネルギー 313 kcal	蛋白質 19.5 g	脂質 18.9 g	炭水化物 19.6 g
使用添加物		食塩相当量 2.3 g	
酒精、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、酸化防止剤(VcO)、ベーキングパウダー、着色料(V-B2、カロチン、パプリカ、クチナシ)、消泡剤、膨張剤(グアーガム)、乳化剤、具炭酸Ca、香辛料、増粘多糖類、香料、ソルビット			
献立名		アレルギー	

献立名				アレルギー	
サバの山椒焼き				小麦	
豚肉とじゃが芋のケチャップソーテー				小麦	
ほうれん草と人参の浸し				小麦	
麩の酢味噌和え				小麦	
使用添加物					
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
276 kcal	22.7 g	12.8 g	19.4 g	2.1 g	
pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、酒精、酸味料、加工デンプン、焼成Ca、酵素、着色料(ウコン)					

献立名		アレルギー			
豚肉と野菜の甘辛炒め		小麦			
マスの西京焼き		卵・小麦			
さつま芋と魚肉ソーセージのサラダ		卵・小麦			
玉ねぎとわかめの和え物		乳・小麦			
金時豆					
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
317 kcal	20.1 g	18.0 g	23.3 g	1.9 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、消泡剤、酸化防止剤(VcO)、豆腐用凝固剤、膨張剤、具Ca、ソルビット、酸化Ca、着色料(クチナシ、トマト)、香辛料、香料、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、増粘多糖類					
献立名		アレルギー			

献立名		アレルギー			
ハンバーグかつマトソース		乳・小麦			
メバルの塩焼き					
マカロニサラダ		卵・乳・小麦			
酢れんこん					
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
351 kcal	18.9 g	15.7 g	33.9 g	2.2 g	
使用添加物					
調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、着色料(ココア、カラメル、クチナシ)、消泡剤、pH調整剤、酸味料、加工デンプン、焼成Ca、酵素、酸化防止剤(VcO)、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)					
献立名		アレルギー			

減塩おかずコース

今週のコメント
1/15(木)の『天ぶら3種 天つゆ添え』は、カレイ、なす、はんぺんです。天つゆと共に召し上がってください。

献立名	アレルギー
大人の日 お休みです	

献立名	アレルギー			
イワシフライのエスカベッシュ風	小麦			
豚肉とごぼうの旨味噌炒め	小麦			
小松菜と蒲鉾のあっさり金平				
カリフラワーのごま和え	乳・小麦			
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
400 kcal	13.3 g	25.5 g	27.0 g	1.0 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、酸化防止剤(VcO)、酸味料、漂白剤(次亜塩素酸Na)、香料、リン酸Ca、焼成Ca、着色料(ニコチン)、VB1、増粘多糖類、消泡剤、酵素				

※ごはん・コーンスープは2分を目安に温めて下さい。★食器の盗難は、スポンジで

献立名			アレルギー		
豚肉と豆腐の炒め煮			小麦		
アカオアの中華あんかけ			小麦		
ピーマンとじゃが芋のケチャップ炒め			小麦		
オクラと竹輪の酢の物			小麦		
エネルギー		蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
313	kcal	16.8	19.7	15.5	1.8
			g	g	g
使用添加物					
酒精、豆腐用凝固剤、酸味料、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、リン酸Ca、酵素、消泡剤、加工デンプン、V.B1、焼成Ca、調味料(アミノ酸等)					
〆〆〆					

献立名		アレルギー		
天ぶら3種 天つゆ添え		卵・乳・小麦		
チャブチェ		小麦		
キャベツと油揚げの煮物		小麦		
金時豆				
エネルギー		蛋白質	脂質	食塩相当量
388 kcal	19.0 g	20.4 g	35.9 g	1.3 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)、増粘多糖類、グリシン、酢酸Na、着色料(カラメル、カロチン)、酸味料、凝固剤、pH調整剤、酸化Ca、着色料(クチナシ、トマト)、香辛料、香料、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)				

献立名		アレルギー	
鶏肉の玉ねぎ酢ソース		小麦	
ホキのBBQ焼き		乳・小麦	
煮物(がんも、人参)		小麦	
フロッキーとツナのマヨ和え		卵	
エネルギー	蛋白質	炭水化物	食塩相当量
329 kcal	25.9 g	18.3 g	11.8 g
使用添加物			
調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン)、酒精、くろみ、酸味料、pH調整剤、リン酸Ca、消泡剤、着色料(カラメル)、酵素、VB1、香料、焼成Ca、香辛料、加工デンプン			

【お願い】 ★星マークの際は、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)を変更させて頂く場合があります。
・栄養成分分析は、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」の原材料表示をしています。【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。

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、ご注意ください。
・食事故を防ぎたいという方、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ください。

だしは天然だま
使用しております！





タ食サポート

「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

1/15(木)は『照り焼きチキン』をご用意しました。甘辛い照り焼きタレで、ご飯がすすむ一品となっております。ぜひご賞味ください。

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。**

1 月 12 日 (月)

献立名

アレルギー

成人の日
お休みです

1 月 13 日 (火)

献立名

アレルギー

ポークカレー

乳・小麦

イカメンチカツ

小麦

ポテトサラダ

卵・乳・小麦

カリフラワーと枝豆の香味和風和え

小麦

福神漬け

小麦

エネルギー 407 kcal	蛋白質 11.9 g	脂質 26.3 g	炭水化物 29.7 g	食塩相当量 3.0 g
-------------------	---------------	--------------	----------------	----------------

使用添加物

酢酸Na、グリシン、調味料(アミノ酸等)、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル、クチナシ)、増粘剤(グァーガム、キサンタン、加工デンプン、増粘多糖類)、酒精、酸味料、甘味料(甘草、ステビア)、糊料(グァーガム)、リン酸Ca、香辛料、乳化剤、pH調整剤、酵素、増粘多糖類、消泡剤、発色剤(亜硝酸Na)、加工デンプン、焼成Ca、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、香料、くん液

1 月 14 日 (水)

献立名

アレルギー

ミートボールのデミグラスソース

卵・乳・小麦

ホキのチーズムニエル

乳・小麦

ポテトサラダ

卵・乳・小麦

ピーマンと玉ねぎの塩昆布和え

小麦

白花生

エネルギー 420 kcal	蛋白質 19.7 g	脂質 22.0 g	炭水化物 35.8 g	食塩相当量 2.0 g
-------------------	---------------	--------------	----------------	----------------

加工デンプン、酢酸Na、調味料(アミノ酸等)、グリシン、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル、クチナシ、果実)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、pH調整剤、酒精、香料、乳化剤、酸味料、消泡剤、発色剤(亜硝酸Na)、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(亜硫酸塩、V.C)、くん液、香辛料

1 月 15 日 (木)

献立名

アレルギー

照焼きチキン

小麦

アカウオのさっぱり煮

小麦

ポテトサラダ

卵・乳・小麦

ブロッコリーとピーマンのレモンペッパー炒め

小麦

金時豆

エネルギー 435 kcal	蛋白質 29.1 g	脂質 22.4 g	炭水化物 24.2 g	食塩相当量 3.2 g
-------------------	---------------	--------------	----------------	----------------

使用添加物

酢酸Na、グリシン、酒精、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、香料、香辛料、焼成Ca、調味料(アミノ酸等)、消泡剤、酵素、加工デンプン、リン酸塩(Na)、くん液、発色剤(亜硝酸Na)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル)、酸味料

1 月 16 日 (金)

献立名

アレルギー

酢豚

卵・乳・小麦

れんこんと鶏肉の梅仕立て

乳・小麦

金平ごぼう

小麦

ひじきの煮物

小麦

さくら漬け

エネルギー 199 kcal	蛋白質 6.1 g	脂質 4.9 g	炭水化物 32.6 g	食塩相当量 4.3 g
-------------------	--------------	-------------	----------------	----------------

使用添加物

増粘剤(加工デンプン)、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、加工デンプン、酸味料、着色料(カラメル、カロチン、野菜)、香料、グリシン、セルロース、貝Ca、膨張剤、リン酸Ca、V.C

【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、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。
- ・コロツケ、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: 1月7日(水)

お届け日: 1月13日(火)から16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: 500円

※今週限定の特別価格(次週以降は税込: 590円)です。

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