

届食用お弁当（おかず）コース ぜひご利用ください！！

- 組合員さんのご要望にお応えして「届食用お弁当（おかず）」の取り扱いを始めています。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）の届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円です。【献立表】を別途配布しています。ぜひご覧ください。



«川柳特集346号»

足だけが 口は元気で 同窓会 (東近江市 男性 83歳)

【先日高校同窓会(84歳の友人達)を開催、14名出席でも口だけは健康そのもの。話がつきず、お酒もはずみ、食も進む元気100%でした。但し足だけが悪い人が多くて？】

(事務局より:私は最近腰が痛いです(笑)。足腰は本当に大事にしたいですね。)

温暖化 柿の豊作 熊が出る (長浜市 女性 87歳)

【今年の夏は大変な暑さでしたが、秋になってどことも柿が豊作でした。どんぐりの量が少ないこともあわせて、熊の出没によって人の怪我や死者が増えています。もし熊に出会ったら伏せて動かないことと言われていますが、とても出来ません。】

(事務局より:さすがに熊の報道もなくなってきたが、遭遇してしまったらどうしたら？咄嗟になにもできない気がします。。。)

桜花 春・秋短く 紅葉も (東近江市 男性 83歳)

【夏の暑さと天候異変で四季がわからなくなっている令和7年。桜も紅葉も長く見せてはくれません。残念ですが！！】

(事務局より:昨年は、特に紅葉の期間が短かったです。のんびり紅葉狩りとかしたいものです。)

富有好き つるんと喉越す 熟柿好き (長浜市 女性 87歳)

【今年は柿が豊作で、どこの家でも沢山成っています。私は歯があまり丈夫ではないので、どちらかというと熟柿の方が好きです。】

(事務局より:「熟柿」も美味しいですよね！秋の味覚大好きです。)

新米に つながり美食 みな笑顔 (彦根市 男性 89歳)

(事務局より:今年はお米の値段が下がりますように？？？)

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寄せください。

※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

※センター(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648円

注文締切日 1月28日(水)

お届け日 2月6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
2月7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
2月8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ゅうゆ 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。ほつ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
2月11日 水	鮭の漬け焼きナムル風 牛肉とごぼうの玉子とじ さつまいものグラタン 高野豆腐の田楽 カリフラワーのマスタード和え ひじきの煮物	小麦 小麦・卵・乳成分 小麦・乳成分 小麦 小麦	エネルギー 388 kcal たんぱく質 19 g 脂質 19 g 炭水化物 32.4 g 食塩相当量 2.8 g	【鮭の漬け焼きナムル風】しょうゆをベースとした調味料に漬けこんでふっくらと焼き上げ、ごま油の香り豊かなナムル仕立ての野菜を添えました。 【牛肉とごぼうの玉子とじ】牛肉をごぼう・にんじんなどと甘辛くコトコトと煮込み、とろりとした玉子をかけました。	 レンジ目安 500W 4分20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 1月28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。
2月2日(月)～6日(金)	お届け日: 2月5日(木)
<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>注文番号 006</p>  <p>炊きたて冷やし込みご飯 150g</p> <p>税込 132円</p> <p>消費期限: お届け日当日22時 甲賀産コシヒカリ・キヌヒカリ等のブレンド米。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>注文番号 293</p> <p>冷蔵</p>  <p>野菜1/2日分サラダ 175g</p> <p>税込 213円</p> <p>消費期限: お届け日翌日 17種類の野菜が入ったサラダ。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>注文番号 300</p> <p>冷蔵</p>  <p>殺菌方法 120℃ 2秒 乳脂肪分 3.6%以上 生乳産地 鳥取県</p> <p>せいきょう牛乳 200ml × 3本</p> <p>税込 246円</p> <p>賞味期間: お届け日含め10日 乳</p> </div> </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
2月					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
3月					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
4月					1	
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			

お問い合わせ・お申込みはお気軽に電話ください。

組合員センター 0120-709-502

受付時間 月～金 9:00～19:30 土 9:00～15:00





## 夕食サポート

### お弁当コース

ご飯(滋賀県産)

#### 今週のコメント

2/4(水)は『牛肉の土手風炒め』が登場します。大根などの野菜と一緒に味噌ベースで味付けをしております。コクのある味噌の旨みがご飯によく合う一品です。

### 4種類のおかずコース

#### 今週のコメント

2/2(月)は『おでん(大根、竹輪)』をご用意しております。寒いこの季節に、ほっこり温まる一品です。2/3(火)の天ぷら3種はイカ、さつま芋、はんぺんです。

### 6種類のおかずコース

#### 今週のコメント

2/3(火)は節分のため『山菜と大豆の煮物』が登場します。節分では、古くから“邪気を払う食べ物”として大豆を食べる習わしがあります。行事にちなんだ料理で、季節の移ろいを感じただけたらうれしいです。

### 8種類のおかずコース 旬彩御膳

#### 今週のコメント

2/5(木)は『天ぷら2種』です。天ぷらの種類は カレイ・紅生姜入りかき揚げになります。

### やわらかおかずコース

#### 今週のコメント

2/5(木)の『天ぷら3種 天つゆ添え』はたら、エビ、玉ねぎと春菊のかき揚げです。天つゆについてお召し上がりください。

### 減塩おかずコース

#### 今週のコメント

2/2(月)は『白身魚のヤンニョム焼き』が登場します。「ヤンニョム」とは、韓国でよく使われる甘辛い合わせ調味料のことです。コチュジャンやにんにくなどを使い、香りよく仕上げています。

※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。

2月2日(月)		2月3日(火)		2月4日(水)		2月5日(木)		2月6日(金)	
献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン
肉団子の中華だれ	卵・乳・小麦	メバルのお好み風焼き	小麦	牛肉の土手風炒め	小麦	鶏肉のトマトソースがけ	乳・小麦	アジフライ	卵・乳・小麦
里芋とれんこんの煮物	小麦	春巻	乳・小麦・えび	豆腐のきのこあんかけ	小麦	煮物(はんぺん、いんげん)	卵・小麦	じゃが芋とピーマンの炒め物	小麦
カリフラワーのチーズフリッター	卵・乳・小麦	南瓜の煮物	小麦	さつま芋のチリソース		ブロッコリーと小エビの炒め物	小麦・えび	厚揚げの旨煮	小麦
白菜とツナのサラダ	卵	山菜と大豆の煮物	小麦	タマゴシェルマカロニサラダ	卵・乳・小麦	なすのポン酢和え	小麦	大根とささみのわさび和え	
杏仁ゼリー	乳	オクラとカニカマの酢の物	小麦	わかめとえのきの浸し	小麦	ミックスナムル	乳・小麦	キャベツと人参のマヨサラダ	卵
青じそごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん	
エネルギー 559 kcal	蛋白質 13.4 g	脂質 20.4 g	炭水化物 77.4 g	食塩相当量 2.5 g	エネルギー 458 kcal	蛋白質 15.5 g	脂質 10.0 g	炭水化物 73.8 g	食塩相当量 1.9 g
使用添加物		使用添加物		使用添加物		使用添加物		使用添加物	
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、酸味料、乳酸Ca、乳化剤、増粘剤(加工デンプン、グアーガム、キサンタン)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラメル)、バブリカ、トマト、飼葉緑素)、リン酸Ca、漂白剤(次亜硫酸Na)、消泡剤、加工デンプン、着色料(カラチン)、ベーキングパウダー、香辛料、消泡剤		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)、酒精、炭酸Ca、酸味料、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、バブリカ、トマト、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン)、グリシン、着色料(カラチ)、バブリカ、トマト、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料、消泡剤		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン)、グリシン、着色料(カラチ)、バブリカ、トマト、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料、消泡剤		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、豆腐用凝固剤、炭酸Ca、酒精、増粘剤(グアーガム)、カゼインNa、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、くん液、着色料(クチナシ)、トマトリコビン、カラチ、バブリカ、酸味料、香料、増粘剤(アミノ酸等)、リン酸Ca、消泡剤	
2月2日(月)	アレルゲン	2月3日(火)	アレルゲン	2月4日(水)	アレルゲン	2月5日(木)	アレルゲン	2月6日(金)	アレルゲン
献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン
ポークチャップ		天ぷら3種 天つゆ添え	卵・乳・小麦	回鍋肉	小麦	イワシフライのあっさり南蛮	小麦	ジンジャーソーストンカツ	乳・小麦
白身魚の南部焼き	小麦	根菜つくね	卵・乳・小麦	メバルのさっぱり煮	小麦	鶏肉の磯辺マヨ焼き	卵・小麦	アカウオの塩こうじ焼き	小麦
おでん(大根、竹輪)	小麦	ビーフン	小麦	じゃが芋コロッケ	乳・小麦	なすと南瓜の揚げ浸し	小麦	スペゲティサラダ	卵・小麦
ひじきと赤こんにゃくの煮物	小麦	昆布豆	小麦	ほうれん草とピーマンの和え物	小麦	オクラとささみのナムル	小麦	チングン菜とカニカマのマリネ	小麦
エネルギー 317 kcal	蛋白質 16.5 g	脂質 19.8 g	炭水化物 15.9 g	食塩相当量 2.3 g	エネルギー 325 kcal	蛋白質 9.2 g	脂質 16.7 g	炭水化物 34.6 g	食塩相当量 1.6 g
使用添加物		使用添加物		使用添加物		使用添加物		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、水酸化Ca、着色料(酸化鉄)、酸化防止剤(V.C)、乳酸Ca、酸味料、環状オリゴ糖、酵素、加工デンプン、焼成Ca、消泡剤		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、グエン酸Na、増粘多糖類、貝Ca、グリシン、酢酸Na、着色料(カラチ)、バブリカ、リン酸Ca、漂白剤(次亜硫酸Na)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料、消泡剤		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、増粘剤(グアーガム)、着色料(アーモー、ココア)、加工デンプン、酸味料、酵素、加工デンプン、消泡剤		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、リソ酸Ca、香辛料、消泡剤、酵素、加工デンプン、焼成Ca、増粘多糖類、酸味料、乳化剤、焼成Ca、消泡剤		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、豆腐用凝固剤、炭酸Ca、酒精、増粘剤(グアーガム)、カゼインNa、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、くん液、着色料(クチナシ)、トマトリコビン、カラチ、バブリカ、酸味料、香料、増粘剤(アミノ酸等)、リン酸Ca、消泡剤	
献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン
肉団子の中華だれ	卵・乳・小麦	メバルのお好み風焼き	小麦	牛肉の土手風炒め	小麦	鶏肉のトマトソースがけ	乳・小麦	アジフライ	卵・乳・小麦
里芋とれんこんの煮物	小麦	春巻	乳・小麦・えび	豆腐のきのこあんかけ	小麦	煮物(はんぺん、いんげん)	卵・小麦	じゃが芋とピーマンの炒め物	小麦
筍とひらたけのコンソメ炒め	乳・小麦	チンゲン菜と油揚げの炒め物	小麦	さつま芋のチリソース	小麦	ブロッコリーと小エビの炒め物	小麦・えび	厚揚げの旨煮	小麦
カリフラワーのチーズフリッター	卵・乳・小麦	南瓜の煮物	小麦	タマゴシェルマカロニサラダ	卵・乳・小麦	なすのポン酢和え	小麦	大根とささみのわさび和え	
白菜とツナのサラダ	卵	オクラとカニカマの酢の物	小麦	わかめとえのきの浸し	小麦	ミックスナムル	乳・小麦	キャベツと人参のマヨサラダ	卵
エネルギー 488 kcal	蛋白質 14.7 g	脂質 32.5 g	炭水化物 35.0 g	食塩相当量 2.9 g	エネルギー 367 kcal	蛋白質 17.8 g	脂質 20.1 g	炭水化物 30.1 g	食塩相当量 3.3 g
使用添加物		使用添加物		使用添加物		使用添加物		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、水酸化Ca、着色料(酸化鉄)、酸化防止剤(V.C)、乳酸Ca、酸味料、香料、pH調整剤、乳化剤、増粘剤(加工デンプン、グアーガム、キサンタン)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、バブリカ、トマト、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、増粘剤(グアーガム)、着色料(アーモー)、加工デンプン、酸味料、酵素、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、増粘剤(グアーガム)、着色料(アーモー)、加工デンプン、酸味料、酵素、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、リソ酸Ca、香辛料、消泡剤、酵素、加工デンプン、焼成Ca、増粘多糖類、酸味料、乳化剤、焼成Ca、消泡剤		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、豆腐用凝固剤、炭酸Ca、酒精、増粘剤(グアーガム)、カゼインNa、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、くん液、着色料(クチナシ)、トマトリコビン、カラチ、バブリカ、酸味料、香料、増粘剤(アミノ酸等)、リン酸Ca、消泡剤	
献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン
肉団子の中華だれ	卵・乳・小麦	メバルのお好み風焼き	小麦	牛肉の土手風炒め	小麦	鶏肉のトマトソースがけ	乳・小麦	アジフライ	卵・乳・小麦
里芋とれんこんの煮物	小麦	春巻	乳・小麦・えび	豆腐のきのこあんかけ	小麦	煮物(はんぺん、いんげん)	卵・小麦	じゃが芋とピーマンの炒め物	小麦
筍とひらたけのコンソメ炒め	乳・小麦	チンゲン菜と油揚げの炒め物	小麦	さつま芋のチリソース	小麦	ブロッコリーと小エビの炒め物	小麦・えび	厚揚げの旨煮	
カリフラワーのチーズフリッター	卵・乳・小麦	南瓜の煮物	小麦	タマゴシェルマカロニサラダ	卵・乳・小麦	なすのポン酢和え	小麦	大根とささみのわさび和え	
白菜とツナのサラダ	卵	オクラとカニカマの酢の物	小麦	わかめとえのきの浸し	小麦	ミックスナムル	乳・小麦	キャベツと人参のマヨサラダ	卵
エネルギー 488 kcal	蛋白質 14.7 g	脂質 32.5 g	炭水化物 35.0 g	食塩相当量 2.9 g	エネルギー 367 kcal	蛋白質 17.8 g	脂質 20.1 g	炭水化物 30.1 g	食塩相当量 3.3 g
使用添加物		使用添加物		使用添加物		使用添加物		使用添加物	
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、水酸化Ca、着色料(紅麹)、酸化防止剤(V.C)、メタリウム酸Na、漂白剤(次亜硫酸Na)、酸味料、消泡剤、pH調整剤、ベーキングパウダー、増粘剤(グアーガム)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料、消泡剤		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、水酸化Ca、着粘多糖類、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料、消泡剤、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、水酸化Ca、着粘多糖類、酢酸Na、リン酸Ca、乳化剤、焼成Ca、消泡剤、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、水酸化Ca、着粘多糖類、酢酸Na、リン酸Ca、乳化剤、焼成Ca、消泡剤、着色料(カラチ)、ベーキングパウダー、香辛料		加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、豆腐用凝固剤、炭酸Ca、酒精、増粘剤(グアーガム)、カゼインNa、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、くん液、着色料(クチナシ)、トマトリコビン、カラチ、バブリカ、酸味料、香料、増粘剤(アミノ酸等)、リン酸Ca、消泡剤	
献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン	献立名	アレルゲン
メバルの煮付け 花がんも添え	小麦	揚げイワシのレモン醤油(小骨あり)	小麦	鶏肉のコンソメパン粉焼き	乳・小麦	八宝菜	小麦	アジの酢味噌焼き 揚げボール添え	卵・乳・小麦 かに・えび
コープ豚とれんこんの甘酢炒め	小麦	鳥取ごめ育ち牛ときのこの韓国風スパゲティ	小麦	山芋と海鮮のトロッと焼き	卵・小麦	天ぷら2種	卵・乳・小麦	豆腐とコーンの中華風煮	小麦</



## 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(空气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

## 昼食弁当(おかず)コース

### 今週のコメント

2/3(火)はBBQチキンをご用意しました。ほんのりスパイシーなBBQソース味のチキンをお楽しみください。

### 2月4日(水)

献立名	アレルゲン
カレイの煮付け	小麦
なすとベーコンのラタトゥイユ	卵・乳・小麦
なます	
オクラの和風煮	小麦
金時豆	

酢酸Na、グリシン、調味料(アミノ酸等)、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)、香料、増粘多糖類、着色料(クチナシ、カラメル)、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、酸味料、リン酸Ca、甘味料(ステビア)、保存料(ツルビン酸K)

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。

### 2月2日(月)

献立名	アレルゲン
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、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

### 2月3日(火)

献立名	アレルゲン
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

### 2月4日(水)

献立名	アレルゲン
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(キサンタンガム)、酸味料

### 2月6日(金)

献立名	アレルゲン
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rehalose、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事がありますので、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、調味料はご自身でご用意下さい。

### 注文用紙

締切日: 1月28日(水)

お届け日: 2月2日(月)から6日(金)

※夕食用弁当お届け日のみ、ご利用可能です。

No. 031 昼食弁当(おかず) 税込: 590円

ご利用期間: 毎週 今週のみ

必要数 月: 火: 水: 木: 金:

※毎週に○をされた場合、翌週以降のご注文は不要です。

※曜日ごとの必要数をご記入ください。

