

おかずプラス献立表

おかずプラス「Aコース」

おかずプラス「Bコース」

こちらのコースは「おかずプラスAコース」とセットで2品のお届けとなります。

24年09月09日(月)



献立名 焼き鳥

①の食品成分とアレルギー

	熱量	149 kcal
	蛋白質	11.5 g
	脂質	9.6 g
	炭水化物	4.6 g
	食塩相当量	1.0 g
	一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・りんご・魚醤(魚介類)を含む	

献立名 焼き鳥・南京のそぼろ煮

②の食品成分とアレルギー

		熱量	76 kcal
		蛋白質	2.9 g
		脂質	2.5 g
		炭水化物	11.7 g
		食塩相当量	0.8 g
		一部に小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む	

24年09月10日(火)



献立名 ひじき煮

①の食品成分とアレルギー

	熱量	61 kcal
	蛋白質	2.7 g
	脂質	1.8 g
	炭水化物	9.7 g
	食塩相当量	1.5 g
	一部に乳成分・小麦・大豆を含む	

献立名 ひじき煮・キャベツと肉団子のスープ煮

②の食品成分とアレルギー

		熱量	132 kcal
		蛋白質	7.4 g
		脂質	7.7 g
		炭水化物	8.4 g
		食塩相当量	1.1 g
		一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉を含む	

24年09月11日(水)

献立名 煮込みハンバーグ

①の食品成分とアレルギー

	熱量	156 kcal
	蛋白質	9.9 g
	脂質	5.0 g
	炭水化物	17.5 g
	食塩相当量	1.7 g
	一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉・りんごを含む	

献立名 煮込みハンバーグ・具だくさんうの花

②の食品成分とアレルギー

		熱量	106 kcal
		蛋白質	4.0 g
		脂質	2.7 g
		炭水化物	16.8 g
		食塩相当量	1.3 g
		一部に乳成分・卵・小麦・大豆を含む	

24年09月12日(木)



献立名 炊き合わせA

①の食品成分とアレルギー

	熱量	88 kcal
	蛋白質	3.4 g
	脂質	0.4 g
	炭水化物	19.5 g
	食塩相当量	2.3 g
	一部に乳成分・小麦・大豆を含む	

献立名 炊き合わせA・鶏唐揚げ【甘辛】

②の食品成分とアレルギー

		熱量	145 kcal
		蛋白質	8.8 g
		脂質	8.1 g
		炭水化物	9.2 g
		食塩相当量	1.1 g
		一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉を含む	

24年09月13日(金)

献立名 鶏の甘辛煮

①の食品成分とアレルギー

	熱量	142 kcal
	蛋白質	8.8 g
	脂質	8.2 g
	炭水化物	9.7 g
	食塩相当量	2.0 g
	一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む	

献立名 鶏の甘辛煮・金平れんこん

②の食品成分とアレルギー

		熱量	116 kcal
		蛋白質	2.1 g
		脂質	4.0 g
		炭水化物	18.8 g
		食塩相当量	1.1 g
		一部に小麦・大豆・ごまを含む	

原材料・アレルギー表示は、お届け商品にシールを添付していますので、ご確認ください。

お届け後の商品は、冷蔵庫で保管頂きますように、お願いいたします。

温めてお召し上がりの際は、電子レンジで加熱いただくよう、お願いいたします。