

# 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。

25年02月10日(月)

献立名 南京のそぼろ煮

①の食品成分とアレルギー

①



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

献立名 南京のそぼろ煮・豚の生姜焼

②の食品成分とアレルギー

②



熱量 106 kcal  
 蛋白質 3.4 g  
 脂質 8.2 g  
 炭水化物 5.3 g  
 食塩相当量 0.8 g  
 一部に小麦・大豆・豚肉を含む

25年02月11日(火)

献立名

①の食品成分とアレルギー

①

お届けは  
お休みになります。

熱量 kcal  
 蛋白質 g  
 脂質 g  
 炭水化物 g  
 食塩相当量 g  
 アレルゲンなし

献立名

②の食品成分とアレルギー

②

お届けは  
お休みになります。

お届けは  
お休みになります。

熱量 kcal  
 蛋白質 g  
 脂質 g  
 炭水化物 g  
 食塩相当量 g  
 アレルゲンなし

25年02月12日(水)

献立名 焼き鳥

①の食品成分とアレルギー

①



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・がんもの煮物

②の食品成分とアレルギー

②



熱量 94 kcal  
 蛋白質 4.6 g  
 脂質 6.0 g  
 炭水化物 6.4 g  
 食塩相当量 1.0 g  
 一部に小麦・大豆・ごまを含む

25年02月13日(木)

献立名 小松菜としめじのおひたし

①の食品成分とアレルギー

①



熱量 45 kcal  
 蛋白質 2.8 g  
 脂質 1.0 g  
 炭水化物 7.3 g  
 食塩相当量 1.3 g  
 一部に乳成分・小麦・大豆・さば・ゼラチンを含む

献立名 小松菜としめじのおひたし・煮込みハンバーグ

②の食品成分とアレルギー

②



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

25年02月14日(金)

献立名 炊き合わせA

①の食品成分とアレルギー

①



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・スパゲッティナポリタン

②の食品成分とアレルギー

②



熱量 102 kcal  
 蛋白質 2.7 g  
 脂質 2.6 g  
 炭水化物 16.4 g  
 食塩相当量 1.0 g  
 一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉を含む

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。**