

# おかずプラス献立表

## おかずプラス「Aコース」

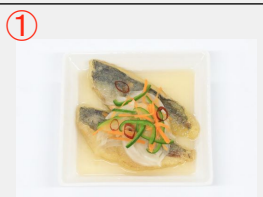
## おかずプラス「Bコース」

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04月22日(月)

献立名 あじの南蛮

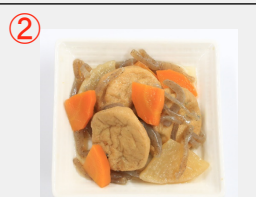
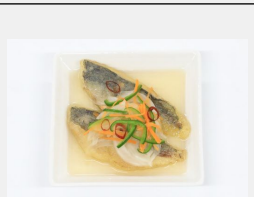
①の食品成分とアレルギー



①  
熱量 126 kcal  
蛋白質 7.7 g  
脂質 4.5 g  
炭水化物 13.6 g  
食塩相当量 1.5 g  
一部に小麦・大豆を含む

献立名 あじの南蛮・がんもの煮物

②の食品成分とアレルギー



②  
熱量 104 kcal  
蛋白質 6.6 g  
脂質 6.1 g  
炭水化物 6.0 g  
食塩相当量 1.2 g  
一部に小麦・大豆・ごまを含む

### 24年04月23日(火)

献立名 鶏の甘辛煮

①の食品成分とアレルギー



①  
熱量 141 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・玉子焼

②の食品成分とアレルギー

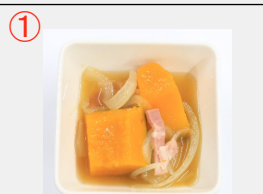


②  
熱量 118 kcal  
蛋白質 6.8 g  
脂質 6.3 g  
炭水化物 9.8 g  
食塩相当量 0.8 g  
一部に卵・大豆を含む

### 24年04月24日(水)

献立名 かぼちゃのスープ煮

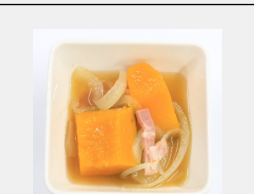
①の食品成分とアレルギー



①  
熱量 55 kcal  
蛋白質 1.8 g  
脂質 1.5 g  
炭水化物 10.3 g  
食塩相当量 0.7 g  
一部に乳成分・卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉を含む

献立名 かぼちゃのスープ煮・高野豆腐の玉子とじ

②の食品成分とアレルギー



②  
熱量 115 kcal  
蛋白質 7.5 g  
脂質 5.2 g  
炭水化物 10.0 g  
食塩相当量 1.6 g  
一部に乳成分・卵・小麦・大豆・さけ・さばを含む

### 24年04月25日(木)

献立名 鶏肉のミルク煮

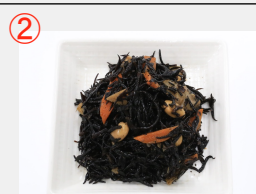
①の食品成分とアレルギー



①  
熱量 86 kcal  
蛋白質 7.0 g  
脂質 4.2 g  
炭水化物 4.4 g  
食塩相当量 1.6 g  
一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・牛肉を含む

献立名 鶏肉のミルク煮・ひじき煮

②の食品成分とアレルギー

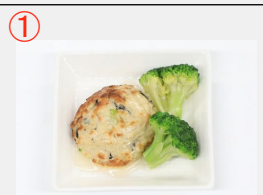


②  
熱量 61 kcal  
蛋白質 2.7 g  
脂質 1.8 g  
炭水化物 9.7 g  
食塩相当量 1.5 g  
一部に乳成分・小麦・大豆を含む

### 24年04月26日(金)

献立名 豆腐ハンバーグ

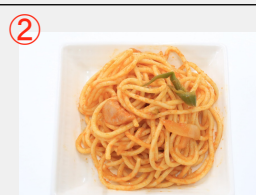
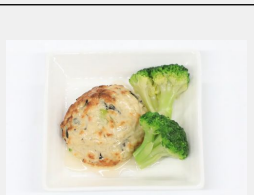
①の食品成分とアレルギー



①  
熱量 77 kcal  
蛋白質 4.9 g  
脂質 3.7 g  
炭水化物 6.0 g  
食塩相当量 0.7 g  
一部に卵・小麦・大豆・鶏肉を含む

献立名 豆腐ハンバーグ・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。**