

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11月04日(月)

献立名

①の食品成分とアレルギー

献立名

②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
	アレルギーなし	

②

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
	アレルギーなし	

24年11月05日(火)

献立名 キャベツと肉団子のスープ煮

①の食品成分とアレルギー

献立名 キャベツと肉団子のスープ煮・金平れんこん

②の食品成分とアレルギー

①

	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	

②

	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	

24年11月06日(水)

献立名 具だくさんうの花

①の食品成分とアレルギー

献立名 具だくさんうの花・豆腐ハンバーグ

②の食品成分とアレルギー

①

	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	

②

	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	

24年11月07日(木)

献立名 かぼちゃのスープ煮

①の食品成分とアレルギー

献立名 かぼちゃのスープ煮・鶏唐揚げ【甘辛】

②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	

②

	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11月08日(金)

献立名 あじの南蛮

①の食品成分とアレルギー


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

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	

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	

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。