

# 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01月13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	

25年01月14日(火)

献立名 煮込みハンバーグ

①の食品成分とアレルギー

献立名 煮込みハンバーグ・スパゲッティナポリタン

②の食品成分とアレルギー

①

	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	

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	

25年01月15日(水)

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

献立名 小松菜としめじのおひたし・肉じゃが

②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	

②

	熱量	78 kcal
	蛋白質	2.9 g
	脂質	2.7 g
	炭水化物	10.7 g
	食塩相当量	0.8 g
	一部に小麦・大豆・牛肉を含む	

25年01月16日(木)

献立名 鶏肉のミルク煮

①の食品成分とアレルギー

献立名 鶏肉のミルク煮・玉子焼

②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	

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	

25年01月17日(金)

献立名 つくね団子

①の食品成分とアレルギー

献立名 つくね団子・炊き合わせA

②の食品成分とアレルギー

①

	熱量	252 kcal
	蛋白質	9.8 g
	脂質	17.2 g
	炭水化物	14.7 g
	食塩相当量	1.0 g
	一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む	

②

	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	

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。**