

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03月10日(月)

献立名 鶏の甘辛煮

①の食品成分とアレルギー

①



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・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

25年03月11日(火)

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・つくね団子

②の食品成分とアレルギー

②



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

25年03月12日(水)

献立名 鶏唐揚げ【甘辛】

①の食品成分とアレルギー

①



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

献立名 鶏唐揚げ【甘辛】・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

25年03月13日(木)

献立名 煮込みハンバーグ

①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・りんごを含む

献立名 煮込みハンバーグ・小松菜としめじのおひたし

②の食品成分とアレルギー

②



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

25年03月14日(金)

献立名 肉じゃが

①の食品成分とアレルギー

①



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

献立名 肉じゃが・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

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。