

# 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04月14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・金平れんこん

②の食品成分とアレルギー

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

25年04月15日(火)

献立名 スパゲッティナポリタン

①の食品成分とアレルギー

①



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

献立名 スパゲッティナポリタン・肉じゃが

②の食品成分とアレルギー

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04月16日(水)

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

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

献立名 キャベツと肉団子のスープ煮・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

25年04月17日(木)

献立名 がんもの煮物

①の食品成分とアレルギー

①



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

献立名 がんもの煮物・鶏唐揚げ【甘辛】

②の食品成分とアレルギー

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

25年04月18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・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

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。**