

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05月26日(月)

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05月27日(火)

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・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05月28日(水)

献立名 つくね団子

①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

献立名 つくね団子・がんもの煮物

②の食品成分とアレルギー

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

25年05月29日(木)

献立名 南京のそぼろ煮

①の食品成分とアレルギー

①



熱量 76 kcal
 蛋白質 2.9 g
 脂質 2.5 g
 炭水化物 11.7 g
 食塩相当量 0.8 g

一部に小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む

献立名 南京のそぼろ煮・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

25年05月30日(金)

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・キャベツと肉団子のスープ煮

②の食品成分とアレルギー

②



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

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。