

# 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09月29日(月)

献立名 鶏肉のミルク煮

①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

献立名 鶏肉のミルク煮・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09月30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

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10月01日(水)

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・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10月02日(木)

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・具だくさんうの花

②の食品成分とアレルギー

②



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

25年10月03日(金)

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・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

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。**