

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11月03日(月)

献立名

①の食品成分とアレルギー

①	熱量	kcal
お届けは	蛋白質	g
お休みにになります。	脂質	g
	炭水化物	g
	食塩相当量	g
	アレルギーなし	

献立名

②の食品成分とアレルギー

②	熱量	kcal
お届けは	蛋白質	g
お届けは	脂質	g
お休みにになります。	炭水化物	g
	食塩相当量	g
	アレルギーなし	

25年11月04日(火)

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・炊き合わせA

②の食品成分とアレルギー

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	

25年11月05日(水)

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・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	

25年11月06日(木)

献立名 高野豆腐の玉子とじ

①の食品成分とアレルギー

①	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	

献立名 高野豆腐の玉子とじ・焼き鳥

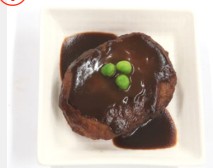
②の食品成分とアレルギー

②	熱量	149 kcal
	蛋白質	11.5 g
	脂質	9.6 g
	炭水化物	4.6 g
	食塩相当量	1.0 g
	一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・りんご・魚醤(魚介類)を含む	

25年11月07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・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	

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。