

# 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17日(月)

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・焼き鳥

②の食品成分とアレルギー

②



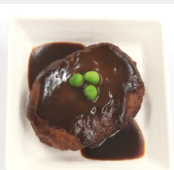
熱量 149 kcal  
 蛋白質 11.5 g  
 脂質 9.6 g  
 炭水化物 4.6 g  
 食塩相当量 1.0 g  
 一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・りんご・魚醤(魚介類)を含む

### 25年11月18日(火)

献立名 煮込みハンバーグ

①の食品成分とアレルギー

①

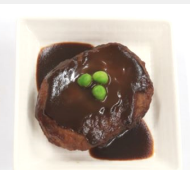


熱量 156 kcal  
 蛋白質 9.9 g  
 脂質 5.0 g  
 炭水化物 17.5 g  
 食塩相当量 1.7 g  
 一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉・りんごを含む

献立名 煮込みハンバーグ・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19日(水)

献立名 かぼちゃのスープ煮

①の食品成分とアレルギー

①



熱量 55 kcal  
 蛋白質 1.8 g  
 脂質 1.5 g  
 炭水化物 10.3 g  
 食塩相当量 0.7 g  
 一部に乳成分・卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉を含む

献立名 かぼちゃのスープ煮・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11月20日(木)

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・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11月21日(金)

献立名 ひじき煮

①の食品成分とアレルギー

①



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

献立名 ひじき煮・鶏肉のミルク煮

②の食品成分とアレルギー

②



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

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。