

# 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12月15日(月)

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・ひじき煮

②の食品成分とアレルギー

②



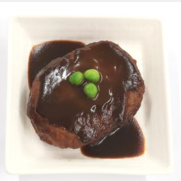
熱量 63 kcal  
 蛋白質 2.6 g  
 脂質 2.1 g  
 炭水化物 9.8 g  
 食塩相当量 1.4 g  
 一部に小麦・さば・大豆を含む

25年12月16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

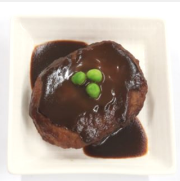


熱量 156 kcal  
 蛋白質 9.9 g  
 脂質 5.0 g  
 炭水化物 17.5 g  
 食塩相当量 1.7 g  
 一部に乳成分・卵・小麦・大豆・  
 ごま・鶏肉・豚肉・牛肉・りんごを

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

25年12月17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・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12月18日(木)

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・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  
 一部に卵・乳成分・小麦・さけ・  
 さば・大豆を含む

25年12月19日(金)

献立名 小松菜としめじのおひたし

①の食品成分とアレルギー

①



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

献立名 小松菜としめじのおひたし・肉じゃが

②の食品成分とアレルギー

②



熱量 82 kcal  
 蛋白質 3.0 g  
 脂質 2.9 g  
 炭水化物 11.7 g  
 食塩相当量 1.0 g  
 一部に小麦・大豆・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。