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。

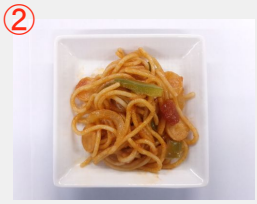
26年11月16日(月)

献立名　鶏の甘辛煮	献立名　鶏の甘辛煮・高野豆腐の玉子とじ
①の食品成分とアレルゲン	②の食品成分とアレルゲン
① 	② 
熱量 148 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	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・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む	一部に卵・乳成分・小麦・さけ・さば・大豆を含む

26年11月17日(火)

献立名　豚の生姜焼	献立名　豚の生姜焼・がんもの煮物
①の食品成分とアレルゲン	②の食品成分とアレルゲン
① 	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	熱量 95 kcal 蛋白質 4.7 g 脂質 6.0 g 炭水化物 6.9 g 食塩相当量 1.2 g
一部に小麦・大豆・豚肉を含む	一部に小麦・ごま・さば・大豆を含む

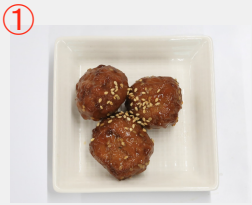
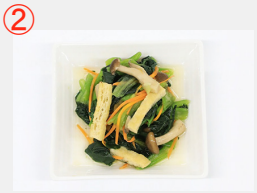
26年11月18日(水)

献立名　かぼちゃのスープ煮	献立名　かぼちゃのスープ煮・スパゲッティナポリタン
①の食品成分とアレルゲン	②の食品成分とアレルゲン
① 	② 
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	熱量 118 kcal 蛋白質 3.2 g 脂質 3.8 g 炭水化物 18.2 g 食塩相当量 1.0 g
一部に乳成分・卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉を含む	一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む

26年11月19日(木)

献立名　焼き鳥	献立名　焼き鳥・炊き合わせA
①の食品成分とアレルゲン	②の食品成分とアレルゲン
① 	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	熱量 73 kcal 蛋白質 3.2 g 脂質 0.4 g 炭水化物 16.5 g 食塩相当量 1.9 g
一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・りんご・魚醤(魚介類)を含	一部に乳成分・小麦・さば・大豆を含む

26年11月20日(金)

献立名　つくね団子	献立名　つくね団子・小松菜としめじのおひたし
①の食品成分とアレルゲン	②の食品成分とアレルゲン
① 	② 
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	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・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む	一部に乳成分・小麦・大豆・さば・ゼラチンを含む

原材料・アレルゲン表示は、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。