おかずプラス献立表 おかずプラス「Bコース」 おかずプラス「A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。 23年11月27日(月) 献立名 炊き合わせA・つくね団子 献立名 炊き合わせA 2の食品成分とアレルゲン ①の食品成分とアレルゲン (1)(2) 252 kcal 熱量 88 kcal 熱量 蛋白質 3.4 g 蛋白質 9.8 g 脂質 脂質 17.2 g 0.4 g 炭水化物 炭水化物 19.5 g 14.7 g 食塩相当量 食塩相当量 2.3 g 1.0 g ・部に乳成分・小麦・大豆を含 ・部に乳成分・卵・小麦・大豆・ ごま・鶏肉を含む 23年11月28日(火) 献立名 焼き鳥 献立名 焼き鳥・南京のそぼろ煮 2の食品成分とアレルゲン ①の食品成分とアレルゲン (1)**(2)** 熱量 149 kcal 熱量 76 kcal 蛋白質 11.5 g 蛋白質 2.9 脂質 脂質 9.6 g 2.5 炭水化物 炭水化物 4.6 g 11.7 食塩相当量 食塩相当量 1.0 g 8.0 一部に乳成分・小麦・大豆・鶏 ・部に小麦・大豆・ごま・鶏肉を 含む 肉・りんご・魚醤(魚介類)を含 23年11月29日(水) 豆腐ハンバーグ・がんもの煮物 献立名 豆腐ハンバーグ 献立名 ②の食品成分とアレルゲン ①の食品成分とアレルゲン (1) **(2**) 熱量 77 kcal 熱量 104 kcal 4.9 g 蛋白質 蛋白質 6.6 脂質 3.7 脂質 6.1 g 炭水化物 6.0 g 炭水化物 6.0 g 食塩相当量 食塩相当量 0.7 g 1.2 g ・部に卵・小麦・大豆・鶏肉を含 部に小麦・大豆・ごまを含む 23年11月30日(木) 鶏肉のミルク煮 献立名 鶏肉のミルク煮・小松菜としめじのおひたし 献立名 2の食品成分とアレルゲン 1の食品成分とアレルゲン (1)**(2**) 熱量 86 kcal 熱量 45 kcal 蛋白質 蛋白質 2.8 g 7.0 g 脂質 脂質 4.2 g 1.0 炭水化物 炭水化物 4.4 g 7.3 食塩相当量 食塩相当量 1.6 g 1.3 g -部に乳成分・小麦・大豆・鶏 -部に乳成分・小麦・大豆・さ 肉・牛肉を含む ば・ゼラチンを含む

23年12月01日(金)

献立名 高野豆腐の玉子とじ

①の食品成分とアレルゲン

高野豆腐の玉子とじ・キャベツと肉団子のスープ煮 献立名



熱量 115 kcal 7.5 g 蛋白質 脂質 5.2 g 炭水化物 10.0 g 食塩相当量 1.6 g 部に乳成分・卵・小麦・大豆・ さけ・さばを含む



2

熱量 132 kcal 蛋白質 7.4 g 脂質 7.7 g 炭水化物 g 8.4 食塩相当量 1.1 g 部に乳成分・卵・小麦・大豆・ ごま・鶏肉・豚肉・牛肉を含む

2の食品成分とアレルゲン

g

g

g

g

g

g

g

g

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。