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。

24年03月18日(月)

献立名　金平れんこん

①の食品成分とアレルゲン

①

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

献立名　金平れんこん・鶏の甘辛煮

②の食品成分とアレルゲン

②

熱量	141	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

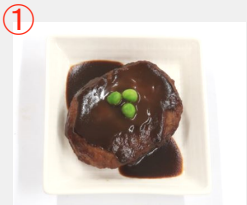
一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む

24年03月19日(火)

献立名　煮込みハンバーグ

①の食品成分とアレルゲン

①



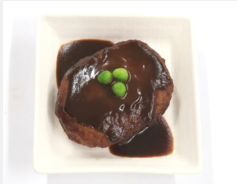
熱量	156	kcal
蛋白質	9.9	g
脂質	5.0	g
炭水化物	17.5	g
食塩相当量	1.7	g

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・具だくさんうの花

②の食品成分とアレルゲン

②



熱量	105	kcal
蛋白質	4.0	g
脂質	2.7	g
炭水化物	16.8	g
食塩相当量	1.3	g

一部に乳成分・卵・小麦・大豆を含む

24年03月20日(水)

献立名

①の食品成分とアレルゲン

①

お届けは

お休みになります。

熱量		kcal
蛋白質		g
脂質		g
炭水化物		g
食塩相当量		g

アレルゲンなし

献立名

②の食品成分とアレルゲン

②

お届けは

お休みになります。

お届けは

お休みになります。

熱量		kcal
蛋白質		g
脂質		g
炭水化物		g
食塩相当量		g

アレルゲンなし

24年03月21日(木)

献立名　豚の生姜焼

①の食品成分とアレルゲン

①

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

献立名　豚の生姜焼・炊き合わせA

②の食品成分とアレルゲン

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

24年03月22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ゲン

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・つくね団子

②の食品成分とアレルゲン

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

一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む

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。