

# 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07月14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・具だくさんうの花

②の食品成分とアレルギー

②



熱量 106 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

25年07月15日(火)

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・小松菜としめじのおひたし

②の食品成分とアレルギー

②



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

25年07月16日(水)

献立名 南京のそぼろ煮

①の食品成分とアレルギー

①



熱量 76 kcal  
 蛋白質 2.9 g  
 脂質 2.5 g  
 炭水化物 11.7 g  
 食塩相当量 0.8 g  
 一部に小麦・大豆・ごま・鶏肉を  
 含む

献立名 南京のそぼろ煮・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

25年07月17日(木)

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・玉子焼

②の食品成分とアレルギー

②



熱量 118 kcal  
 蛋白質 6.8 g  
 脂質 6.3 g  
 炭水化物 9.8 g  
 食塩相当量 0.8 g  
 一部に卵・大豆を含む

25年07月18日(金)

献立名 肉じゃが

①の食品成分とアレルギー

①



熱量 78 kcal  
 蛋白質 2.9 g  
 脂質 2.7 g  
 炭水化物 10.7 g  
 食塩相当量 0.8 g  
 一部に小麦・大豆・牛肉を含む

献立名 肉じゃが・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

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。**