

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28日(月)

献立名 鶏の甘辛煮

①の食品成分とアレルギー

①



熱量 142 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

献立名 鶏の甘辛煮・金平れんこん

②の食品成分とアレルギー

②



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

25年07月29日(火)

献立名 つくね団子

①の食品成分とアレルギー

①



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

献立名 つくね団子・炊き合わせA

②の食品成分とアレルギー

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

25年07月30日(水)

献立名 具だくさんうの花

①の食品成分とアレルギー

①



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

献立名 具だくさんうの花・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)を含む

25年07月31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・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08月01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 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

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。