

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01月05日(月)

献立名

①の食品成分とアレルゲン

①	熱量	kcal
お届けは	蛋白質	g
お休みになります。	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	熱量	kcal
お届けは	蛋白質	g
お休みになります。	脂質	g
	炭水化物	g
	食塩相当量	g
	アレルゲンなし	

26年01月06日(火)

献立名

①の食品成分とアレルゲン

①	熱量	kcal
お届けは	蛋白質	g
お休みになります。	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	熱量	kcal
お届けは	蛋白質	g
お休みになります。	脂質	g
	炭水化物	g
	食塩相当量	g
	アレルゲンなし	

26年01月07日(水)

献立名 豆腐ハンバーグ

①の食品成分とアレルゲン

①	熱量	77 kcal
	蛋白質	4.9 g
	脂質	3.7 g
	炭水化物	6.0 g
	食塩相当量	0.7 g
	一部に卵・小麦・大豆・鶏肉を含む	

献立名 豆腐ハンバーグ・かぼちゃのスープ煮

②の食品成分とアレルゲン

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
	一部に乳成分・卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉を含む	

26年01月08日(木)

献立名 玉子焼

①の食品成分とアレルゲン

①	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・小麦・大豆を含む	

献立名 玉子焼・肉じゃが

②の食品成分とアレルゲン

②	熱量	78 kcal
	蛋白質	2.9 g
	脂質	2.9 g
	炭水化物	11.2 g
	食塩相当量	1.0 g
	一部に小麦・牛肉・さば・大豆を含む	

26年01月09日(金)

献立名 鶏肉のミルク煮

①の食品成分とアレルゲン

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・スパゲッティナポリタン

②の食品成分とアレルゲン

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、お願ひいたします。

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、お願ひいたします。