

≪夕食ニュース≫

No. 394 11月10日号

「昼食弁当(おかず)」取り扱いがスタートしました!

• 組合員さんのご要望にお応えして「昼食用お弁当(おかず)」の取り扱いを始めます。品質と 美味しさを長く保てる包装パックでお届けします。



• お届け翌日(金曜日お届け分は翌週月曜日)の昼食にお召し上がりいただけます。

おかず5品で税込:590円です。 (11月は、税込:500円でお届け!)

≪川柳特集339号≫

米寿よ 親の年など 子は知らぬ (大津市 88歳) 盆つとめ ラジカセ友に (大津市 女性 88歳) 声あわせ

(事務局より:親の年齢や誕生日、私は結構うろ覚えなタイプでした。。。)

雨のバルブを 全開に (近江八幡市 男性 85歳) 雨の神 散歩中 いい句が浮かんだ メモを取る (近江八幡市 男性 85歳) 【残暑お見舞い申し上げます】

(事務局より:なかなかご紹介できず申し訳ございません。散歩中も川柳のことをお考えいてだいて ありがとうございます。)

ハンデもち 努力すれば 夢叶う (東近江市 男性 【高校野球夏の大会で注目を浴びた一人の選手、県立岐阜商行高校の外野手の生徒でした。 自分の体をかえりみず努力する事で野球が出来た喜びを感じていました。「子供たちの夢です」】 (事務局より:素晴らしい選手でしたね。「努力の大切さ」は常に意識していきたいものです。)

墓参過ぎ 放置の枯れ花 嘆き節 (野洲市 男性 80歳) 【旧盆のお墓参りから一週間たっても、多くのお墓で花が枯れたまま筒に残されたままになっていま した。無残な花と先祖の嘆き声が聞こえてきそうです。】

(事務局より:もっと頻繁にお墓の掃除に行くべきなのでしょうが、現実は難しいです・・・。)

夏バテも つながり夕食 元気出る (東近江市 男性 83歳) 【毎日暑い日が続いていますが食欲はあり、夕食を楽しみで、いつも夕食サポートで元気が出ます 「いつもおいしい夕食をありがとう!!」】

(事務局より:お褒めの言葉をありがとうございます。そろそろ臨時号の季節???)

素敵な川柳などをありがとうございます。 ぜひ、一句ご応募ください!

|☆お弁当やおかずのご意見・ご感想や、リクエストなどもお気軽にお寄せください。

※ご記入ください ⇒ 組合員コード(

) お名前(

) 回答(要·不要

ご記入いただいた個人情報は、「夕食サポート」の対応のみに使用し、他の目的に使用することはございません。

☆「ちょっと教えて!」、「川柳」や「趣味」「ちょっとした楽しみ」などをお寄せください。(紙面でご紹介します♪) ※ご記入ください ⇒ お住まい()市•町 性別(男・女)

★季節や夕食にまつわる川柳を募集しています。お寄せいただいた川柳は、この紙面でご紹介いたします。

五

セ

五

※サポーター(配達担当者)にお渡しください。ご不在の方は、保冷箱に入れてください。

冷凍みかず(土・日・祝日セット)

1食あたり 税込626円

注文締切日 11月5日(水) 11月14日(金) お届け日

日旬	用人<u>↓↓</u>	アレルノン	木食风汀	問品特倒	イメーン与具					
	たらの中華ねぎごまだれ		エネルギー 347 kd	1/2301 +10220/2101 /230/30						
110150	豚すき焼き	小麦	たんぱく質 17.6 g	, ねぎと玉ねぎが入ったりんご酢ベースの 。 ソースで、ふっくらと揚げたたらをお召						
11月15日	大根の鶏そぼろあんかけ	小麦	脂質 17.6 g							
	おくらのおかか和え	小麦	炭水化物 24.8 g	【豚すき焼き】豚バラ肉を白菜・にんじ						
	小松菜のおひたし	小麦	食塩相当量 2.4 8	~ ん・玉ねぎなどの野菜と一緒に煮込みま した。だし感の効いた甘辛く濃厚な味	レンジ目安					
工	れんこんのごま和え	小麦•乳成分		が、ごはんに合う和風の一品です。	500W 3分50秒					
	カレイの山菜あん	小麦	エネルギー 364 kd							
11月16日	豚焼肉	小麦	たんぱく質 19.7 g	カレイに、山菜と人参の彩りのよい あんをかけました。ほどよい生姜の						
11/5100	がんもと椎茸の煮物	小麦	脂質 18.4 8							
	小松菜のおひたし	小麦	炭水化物 30.2 €							
_	れんこんと竹輪のきんぴら	小麦•卵	食塩相当量 2.6	[スにしたタレで、豚肉ときゃべつ・ 3 玉ねぎ・ピーマンを炒め合わせまし	レンジ目安					
Ħ	春雨の中華和え	小麦		た。	500W 4分					
使用し	使用している添加物は、お届けする商品包材でご確認ください。									

お弁当と一緒にいかがですか?

注文締切日 11月5日(水)

ご飯はお弁当・おかずとセットでご注文ください。こちらの商品のみの注文はできません。 今回のみのご利用もできます。ご注文に関するご相談はお気軽に組合員コールセンターまでお寄せください。

お届け日が選べます。お好きな曜日をお選びください。 お届け日:11月10日(月)~11月14日(金) 注文番号



炊きたて冷やし込みご飯 150g

006

税込132円 消費期限:お届け日当日22時 甲賀産コシヒカリ・キヌヒカリのブレンド米。

注文番号 293 冷蔵

野菜1/2日分サラダ 175g

税込 213円

消費期限:お届け日翌日 17種類の野菜が入ったサラダ。 ※祝日等の関係で曜日が変更になることがあります。 お届け日: 11月13日(木)

殺菌方法 120°C 2秒 注文番号

毎週木曜日にお届けします。

乳脂肪分 3.6%以上 300 生乳産地 鳥取県

冷蔵 せいきょうせいきょう 牛乳素品 牛乳素品 牛乳素品 200ml BRE-TON 200ml BRE-TON 200ml BRE-TON

せいきょう牛乳 200me×3本

税込246円

賞味期間:お届け日含め10日

夕食サポートお届けカレンダー

■枠は、夕食サポートのお届けはありません。



	月	火	水	木	金	±	B
	1	2	3	4	5	6	7
12	8	9	10	11	12	13	14
月	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	(29)	30	31				

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
1	5	6	7	8	9	10	-11
月	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30	31	

12/29はお弁当等の配達はお休みです。 お正月用品のみの特別配達日です。

お問い合せ・お申込みはお気軽にお電話ください。

組合員コールセンター 0120-709-502

受付時間 月~金 9:00~19:30 土 9:00~15:00



お弁当コース ご飯(滋賀県産)

今週のコメント

11/10(月)は『豚肉と小松菜のお ろしソース』をご用意いたしまし た。おろしソースと絡めてお召し 上がりください。 11/14(金)の『天ぷら2種 天つゆ 添え』はカレイ、さつま芋の天ぷら

4種類のおかずコース

今週のコメント

11/12(水)は『白身魚のちゃ

んちゃん焼き風』が登場しま

す。ちゃんちゃん焼きは味噌

|味べ一スの北海道の郷土料

6種類のおかずコース

今週のコメント

今月のイベントメニューは11/14

(金)に『ボンゴレスパゲティ』をこ 用意しました。アサリの旨味が たっぷり詰まった、風味豊かなイ

『天ぷら3種 天つゆ添え』はカレ

イ、さつま芋、玉ねぎと山菜の天

タリア料理です。

ぷらです。

理です。

豚肉と小松菜のおろしソース 小麦 白菜と蒲鉾の煮物 南瓜のフリッター 卵・乳・小麦 れんこんと玉ねぎの韓国風炒め 小麦 白花豆 ごはん 蛋白質 12.3 15.1 g 74.6 g 1.6 g kcal

11 月 10 日(月)

※天ぷらの内容はコメント欄に記載しておりますので、ぜひご覧ください。

加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、酸化防止剤 (V.C)、ベーキングパウダー、酵素、消泡剤、酸味料、焼成Ca、着色

4(コチニール、カロチン、増粘剤(グアーガム)、香料										
	献立名		71.1	レゲン						
メバ		麦								
ホワイト	ノースハン	· バーグ	乳·小麦							
ごぼうと	上油揚げの	金平	小	麦						
こん	小麦									
エネルギー	炭水化物	食塩相当量								

	メバ	小麦								
ホワ	フイトン	乳•	小麦							
	ごぼうと	小	麦							
	こん	にゃくの)煮	物		小麦				
エネル	ギー	蛋白質	ŧ.	脂質		炭水化物	食塩相当量			
334	kcal	18.2	g	20.4	g	19.9 g	1.9 g			
136 tr L + 11 / 1	使用添加物 増料剤(加工デンプン)、調味料(アミノ酸等)、洒精、リン酸塩(Na)									
增粘剂()	川ITン	ノン). 調	大 大	(アミノ四治学	₽). }	四精 リン氏	65円(Na)、 I			

着色料(カラメル)、水酸化Ca、凝固剤、酸化防止剤(V.C)、pH調整 剤、香料、リン酸Ca、加工デンプン、焼成Ca、消泡剤、酸味料、酵素

				レゲン				
豚肉	3と小杉	小麦						
	白菜。	小	麦					
	ひじ	Ŋ	ΙŊ					
		のフリ				卵·乳·小麦		
れんご	こんとヨ	ミねぎ 0	り韓	国風炒	め	小麦		
		白花豆	Ž.					
エネルギー		蛋白質	蛋白質		脂質		食塩相当量	
371	kcal	13.3	g	23.7	g	27.5 g	2.7 g	
			/it F	日活加物				

| ロステンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、酸化防止剤 (V.C)、リン酸Ca、消泡剤、酵素、香辛料、焼成Ca、ベーキングパウダー、着色料(コチニール、カロチン)、増粘剤(グアーガム)、香料、酸味

11 月 11 日(火)									
	献立名			レゲン					
ブ	小	麦							
	乳•	小麦							
なる	L	小麦							
玉ねぎと株	ザーサイ	の和え物	小	麦					
	黄桃								
	ごはん								
エネルギー	炭水化物	食塩相当量							
464 kcal 15.3 g 14.4 g 67.1 g 0.8 g									
	使月	用添加物	•						

加工デンプン、酒精、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、膨張剤、増粘剤(グアー ガム)、乳酸Ca、酸味料、酸化防止剤(V.C)、アルギニン、香料、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、着色料(カラメル、赤102)、塩化Ca、pH調整剤、V.B2、消

酵素、着色料(アナトー)、酸味料、焼成Ca、消泡剤

ブリの味噌煮

メンチカツ

チンゲン菜とさつま揚げの中華炒め

なすの焼き浸し

玉ねぎと梅ザーサイの和え物

kcal 18.2 g

7071X 7 — F IX	() — - W												
	大立名			ルゲン \麦				献立名				アレノ	レゲン
	カオマンガイ風チキン					白身魚のちゃんちゃん焼き風			Ţ	小	麦		
チンゲン菜とアサリの炒め物			小	麦			親子	゚チキン	ノカン	ソ		卵・乳	,小麦
野菜	乳•	乳・小麦さ			さつま芋のハニーマヨサラダ					卵			
れんこんとツナ	れんこんとツナのフレンチサラダ			卵			オクラとしそ昆布の和え物					小	麦
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量		エネル	ギー	蛋白質	ŧ	脂質		炭水化物	食塩相当量
396 kcal 2	20.5 g	22.1	g 25.1 g	3.4 g		303	kcal	18.1	g	13.6	g	24.9 g	2.3 g
使用添加物									使月	用添加物			
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘剤(加工デンプン、キ						加エデン	プン、酒	精、調味	料()	アミノ酸等)、着	色料(カラ	メル)、酉
サンタン)、酸化防止	剤(V.C)、p	H調整剤、看	香辛料、乳化剤	刊、香料、		味料、pH	調整剤.	、酸化防.	止剤	(V.C)、焼	成C	a、乳酸Ca	、香料、!

11 月 12 日(水)

16.4

酒精、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、加エデンプン、酸化防止剤

(V.C、V.E)、乳酸Ca、リン酸Ca、着色料(パプリカ)、酵素、香辛料、 酸味料、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、焼成Ca、消泡剤

小麦

小麦 小麦·落花生

小麦

67.8 g 1.8 g

鶏肉のチリマヨ和え

大根と竹輪の炒め物

大豆と人参の炒め煮

白菜と玉ねぎのピーナツ和え

ひらたけと筍の金平

ごはん

18.6

509

小麦

乳•小麦

小麦

小麦

小麦

23.0 g 21.0 g 1.5 g

kcal

蛋白質

デンプン、酒精、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、酸 味料、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、焼成Ca、乳酸Ca、香料、リ ン酸Ca, V.B2, 増粘多糖類, 消泡剤, 香辛料

		献立名				ア	レル	レゲン		
	鶏肉(卵								
	大根と		小	麦						
	二	乳	,•/	小麦						
		小麦								
白菜	と玉ね	ぎのヒ	°	ナツ和え	Ž	小麦	. • 3	客花	生	
	ひらた	けと筍	のま	全平			小	麦		
エネルギー 蛋			€	脂質	炭水化物	物	食塩相	当量		
435	435 kcal 20.1 g 28.3 g							2.7	g	
	435 kcal 20.1 g 28.3 g 22.4 g 2.7 g 使用添加物									

酒精、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、加エデンプン、酸化防止剤 (V.C、V.E)、乳酸Ca、リン酸Ca、酵素、香辛料、増粘剤(加工デンプン キサンタン)、着色料(パプリカ、カラメル)、酸味料、焼成Ca、消泡剤

11 月 13 日(木)									
	献立名		アレノ	レゲン					
豚肉と野菜のオイスターソース炒め									
カリフラワーと	小	麦							
ピーマン	卵・乳・小麦								
れんこんとオ	-クラのごま	ドレサラダ	卵∙小麦						
ほうれん	草の生姜醬	油和え	小麦						
U	じきごはん	,	小	麦					
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量					
530 kcal	16.0 g	20.1 g	67.8 g	2.9 g					
	使月	目添加物							

加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、ソルビット、増粘剤(加工デンプン、キ サンタン)、炭酸Ca、香料、凝固剤、甘味料(ステビア)、着色料(クチナシ、トマト、カラメル)、pH調整剤、香辛料、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、グリシン、増粘多糖類、乳化剤、酢酸Na、酵素、酸味料、焼成Ca、消泡剤

		献立名				アレルゲン					
爭	鳥肉の	小	麦								
	イカフ	小	麦								
		ーマン				卵·乳·小麦					
白芽	を上玉オ	aぎの?	おか	か和え		小	麦				
エネルギー		蛋白質		脂質		炭水化物	食塩相当量				
389	kcal	20.4	g	23.0	g	21.9 g	2.0 g				
				n we I - d/	0						

ソルビット、調味料(アミノ酸等)、洒精、加工デンプン、カゼインNa、リン酸塩 (Na)、ph調整剤、くん液、酸化防止剤(VC)、増粘多糖類、着色料(クチナシ、カラメル)、香料、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、リン酸Ca、焼成Ca、消泡

	献立名		アレノ	レゲン	
豚肉と野菜 σ					
カリフラワーと	小	麦			
里芋	卵・乳	⋰小麦			
ピーマン	と玉ねぎの	卵炒め	卵∙乳∙小麦		
れんこんとオ			卵•	小麦	
ほうれん	草の生姜醤	油和え	小	麦	
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
422 kcal	14.8 g	27.1 g	28.6 g	2.5 g	

使用添加物 加エデンブン、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、増粘剤(加エデンブン、キサンタン)、 酒精、成酸Ca、香料、着色料(クチナン、トマト、カロチン、カラメル)、甘味料(ステビア)、pH調整剤、香辛料、酸化防止剤(VC)、ソン酸Ca、グリシン、酸味料、ベーキン

11 月 14 日(金)										
献立名アレルゲン										
	2種 天つら			, , , .	,小麦					
	いんげんの				小麦					
	小エビの塩		め	小麦	・えび					
切干大机	と筍のあっ	っさり煮		小麦						
ブロッコリ	ーとえのき	のマリネ	`	小	麦					
	ごはん									
エネルギー	エネルギー 蛋白質 脂質									
580 kcal	12.4 g	17.5	g	88.6 g	1.5 g					
	使見	用添加物								

加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、グリシン、酢酸Na、着色料(カラメ ル、カロチン)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、漂白剤(次亜硫酸Na)、乳化剤、ベーキングパウダー、増粘剤(キサンタン)、V.B1、酸味料、消泡剤

	献立名			アレルゲン				
ブ	ブリの煮付け							
豚肉と大	:根の塩だね	れ炒め		小麦				
カリフラ	ワーのフリ	ッター		卵·乳·小麦				
5	ぐいす豆							
エネルギー	脂質		炭水化物	食塩相当量				
323 kcal	20.2 g	20.2	g	17.9 g	1.6 g			

酒精、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、酸味料、ベーキングパウダー、酵素、着色料(カロチン)、増粘剤(グアーガム、キサンタン). 乳酸Ca、加工デンプン、V.B1、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、消泡剤

		献立名				ア	レノ	レゲン
		種天				卵.	·乳	∙小麦
ごぼ	う天と	いんげ	60)生姜煮	ĺ	Ŋ	Ŋ - /	小麦
ボンゴレスパゲティ【イタリア】 小麦								
				だれ炒	め	小	麦	・えび
切	F大根	と筍の	あっ	さり煮		小麦		
ブロ	ッコリー	ーとえの)き(のマリネ	`		小	麦
エネル	ギー	蛋白質	Î	脂質		炭水化	:物	食塩相当量
455	kcal	13.4	g	22.7	g	48.8	g	2.2 g
			使月	月添加物				

加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、グリシン、酢酸Na、酸味料、酸化 防止剤(V.C)、着色料(カラメル、銅葉緑素、カロチン)、pH調整剤、漂白剤 (次亜硫酸Na)、リン酸Ca、乳化剤、増粘剤(キサンタン)、ベーキングパウ -. V.B1. 消泡剂

8種類のおかずコース 句彩神曆

今週のコメント

11/10(月)は『天ぷら3種 天 つゆ添え』です。天ぷらの種 類は カレイ・さつま芋・小エ ビ入りかき揚げ になりま

_	献立名			アレノ	レゲン	
	種 天つけ			卵・乳・ノ	∖麦・えて	
オムレン	ソのトマトソ	ース		卵・乳	,小麦	
小松		小	麦			
カリフラ			.•小麦			
	クラサラダ			小麦		
タラコの	マカロニン	テー		乳•₄	小麦	
,	八幡巻き			小	麦	
	こんぶ豆			小	麦	
エネルギー	蛋白質	脂質		炭水化物	食塩相当量	
445 kcal	21.0 g	20.5	g	46.3 g	3.1 g	
	(由日	1 沃加物				

使用添加物 ベーキングパウダー、着色料(VrB2、カロチン、カラメル、クチナシ、コチニール)、消泡剤、 調味料(アミン酸等)、加エデンプン、酸味料、pH調整剤、酸化防止剤(Vr O)、カゼインNa、 リン酸塩(Na)、くん液、増粘多糖類、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、酒精、増粘剤(キサンタ ノ、加工デンプン)、甘味料(ステビア)、ピロリン酸Na、環状オリゴ糖

豚肉の甘酢炒め

		献立名				アレ	ルゲン					
豆腐と鳥							小麦					
揚げイワ	シの	レモン醤	油	(小骨あ	رح (ح	/]	\麦					
	É		/]	`麦								
ポテト	とウ	インナー	-σ ,	炒め物			小麦					
ブ		コリーの				小麦						
	か	んぴょう	煮			小麦						
	Į	ノば漬け	 									
	7	りらび飮	ŧ									
エネルギ		脂質		炭水化物	食塩相当量							
443	kcal	22.0	g	27.5	g	31.4 g	3.8 g					
				用添加物			***					

加工デンプン、酒精、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、膨張剤、増粘剤(グアー

ガム)、アルギニン、乳酸Ca、酸味料、香料、酸化防止剤(V.C)、塩化Ca、着 色料(カラメル、赤102)、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、pH調整剤、V.B2、クエ

加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、酒精、香辛料、増粘 多糖類、酸味料、消泡剤、香料、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(エリソルビン酸Na)、発 シ伽森、はベイト パルパ・ロー・マー・アンは (**ロイ・は にめ)エガ(エアンルン) はおる (色剤(亜硝酸 Na)、着色料 (カラメル、クチナシ)、 増粘剤 (加エデンブン、増粘多糖類)、乳化剤、ソルビット、甘味料(ステビア)

	献立名				レゲン	
コープ服	豕の青椒肉	絲風		小	麦	
	ねぎ塩だれ	焼き		小	麦	
炽		小	麦			
大	根のサラダ	•		卵•小麦		
いん	げんのソテ	_				
キャ	バツの煮物	勿		小	麦	
	パイン缶					
さつま揚	げボールの	り煮物		卵•	小麦	
さつま揚げボールの煮物 蛋白質 脂質				炭水化物	食塩相当量	
405 kcal	24.0 g	19.4 g	ŗ	35.9 g	3.7 g	
	使日	添加物				

酸味料、酒精、pH調整剤、酸化防止剤(V·C)、調味料(アミノ酸等)、増粘剤 (加工デンプン、キサンタン)、加工デンプン、焼成Ca、酵素、V.B1、メタリン酸Na、漂白剤(次亜硫酸Na)、凝固剤、消泡剤、甘味料(ステビア)、増粘多糖

卵·小麦

小麦

鶏肉とゆで卵のさっぱり煮

切干大根の者物

	献立名			アレノ	レゲン	
白身	魚の香草類	き		卵・乳	∵小麦	
中華点心(に			든)	乳•	小麦	
ĩ J	ぼうサラダ			Ď	问	
	瓜そぼろ煮			小	麦	
梅ザーサイ	くときゅうり	の和え物	7	小麦		
カリフラ'	フーのカレ-	一炒め				
中華風	こんにゃくの)金平		小	麦	
	オレンジ					
エネルギー		炭水化物	食塩相当量			
451 kcal	20.7 g	25.1	g	37.3 g	3.1 g	
	使目	目添加物				

使用添加物 中間整剤、加工デンプン、調味料(アミル酸等)、焼成Ca、酵素、カゼインNa、リン酸 塩(Na)、くん液、酸化防止剤(V·C)、増粘多糖類、発色剤(亜硝酸Na)、着色料(ウチ ナシ、カラメル、ウコン、赤102)、香辛料、乳酸Ca、酸味料、消泡剤、ソルビット、乳 化剤、増粘剤(キサンタン、加工デンプン)、酒精、香料、水酸化Ca

						_		
	献立名				レゲン			
鶏	小	麦						
	タラの竜田揚げ わかめの中華炒め 白菜とカニカマ煮 オクラのなめ茸和え							
わかん	めの中華炒							
白菜	とカニカマ		卵・乳・小麦	き・かに・え	U			
オクラ		小	麦					
玉ねぎる	ヒコーンのサ	ナラダ		卵-	小麦			
うま	い菜の浸し	,		小	麦			
じゃが芋のバター醤油 乳・小麦								
エネルギー	蛋白質	脂質		炭水化物	食塩相当	를		
412 kcal	28.3 g	25.8	g	22.8 g	3.3 g	5		
	/± 0	ロエカか				_		

使用添加物 加エデンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、酸味料、酒 精、酸化防止剤(V・C)、消泡剤、着色料(紅麹、クチナシ)、香料、増粘多糖類、増粘剤(キサンタン、加エデンプン、増粘多糖類)、香辛料、乳化剤

やわらかおかずコース

うまし 柔らた め物・ 理で (火)に使用しています。

		//>	970	一塩焼る	· T] ### 🔨		. داھ	小久		
今週のコメント		キャベ	ツと魚	肉ソーも	<u>z</u> —	ジのサラ	ラダ	卵∙小麦			
ハ菜は、くせのない味で			きゅう	りの昆	布和	口え		小麦			
		エネルギー		蛋白質	蛋白質		脂質		食塩相当量		
かい葉物野菜です。炒		307	kcal	18.1	g	17.7	g	23.4 g	1.9 g		
やサラダ等、色々な調	使用添加物										
活用できます。11/11								竞成Ca、酵:			
								ロチン、クラ			
に使用しています。		ト、カフメル	レ)、ソルロ	ニット、灰質	ğСа、	、香羊料、	香料、	増粘剤(キ	・サンタン)、		

減塩おかずコース

今週のコメント

11/13(木)の『天ぷら3種 お ろしポン酢添え』はカレイ、れ んこん、椎茸です。 おろしポン酢をつけてお召し 上がりください。

ዘጸ የጥ ተተ							
		献立名				アレノ	レゲン
		ワシフ				小	麦
	7	小麦					
ごぼ・	うと油	揚げの	あっ	さり炒る	か		
		昆布豆	Ž			小	麦
エネル	Ļ	蛋白質		脂質		炭水化物	食塩相当量
370	kcal	15.0	g	23.1	g	23.6 g	1.3 g
			/± E	ロイエカロナー			

加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン)、酒精、 凝固剤、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、環状オリゴ糖、着 色料(コチニール、カラメル)、増粘多糖類、糊料(キサンタン)、消泡

		献立名				ア	レノ	レゲン	•
イワシ	のみり	ん漬けぬ	尭き	(小骨あ	IJ)		小	麦	
	豆腐の		卵・乳・	小麦	・かに・	えひ			
,	豚肉の	お好み	人風	炒め		小麦			
う	まい芽	ミとツナ	<u>の+</u>	ナラダ			Ŋ	Ŋ	
エネルギー 蛋白質 脂質						炭水化	物	食塩相	当量
279	kcal	20.8	g	15.4	g	18.1	g	2.1	g
			使月	月添加物					

加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、着色料(紅麹、野菜)、香料、pl 調整剤、酒精、焼成Ca、酵素、酸味料、消泡剤、増粘剤(加工デンフ ノ、キサンタン)、保存料(ソルビン酸K)、香辛料

		アレノ	レゲン					
	味噌	小	麦					
	ホ	キの照	焼き	•		乳•	小麦	
		芋のフ				卵·乳·小麦		
	わか	めのご	ま和	1え		乳•	小麦	
エネル	ギー	蛋白質	Ę	脂質		炭水化物	食塩相当量	
361	kcal	16.2	g	23.0	g	18.9 g	2.2 g	
			/h F	日泛 加 物				

調味料(アミノ酸等)、酒精、加エデンプン、酸味料、pH調整剤、増粘 剤(キャンタン、グアーガム)、酸化防止剤(V.C)、消泡剤、ベーキングパウダー、着色料(カロチン、カラメル)、V.B1、焼成Ca、酵素

	//	,	~				
,	小麦						
エネル	ギー	蛋白質	ĺ	脂質		炭水化物	食塩相当
247	kcal	20.8	g	10.6	g	18.4 g	2.0
pH調整	剤、酒料	青、凝固		用添加物			

		ア	レル	レゲン					
ハン	ハバー	孚	լ.,	小麦					
揚げ	げ出しヨ	Ŋ	<u>۱</u> - و	小麦					
れんこ	んと魚	小麦							
小松	菜と小	Ž	小	麦	・えび				
エネルギー 蛋白質 脂質						炭水化	物	食塩相当量	
337	kcal	13.1	g	18.3	g	26.7	g	1.6 g	
使用添加物									

安定剤(加工デンプン)、加工デンプン、調味料(アミ/酸等)、ソルビット、豆腐用凝固剤、リン酸塩(Na)、炭酸Ca、酒精、着色料(カラメル、クチナシ、トマ ト)、pH調整剤、酸味料、香料、香辛料、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、V.B1、 増粘多糖類、消泡剤

		アレノ	レケン					
1	ハンバー	乳·小麦						
U	小麦							
	小麦							
	ブロッコ	小	麦					
エネル	ギー	蛋白質 朋		脂質		炭水化物	食塩相	当量
293	kcal	20.1	g	10.1	g	30.4 g	2.4	g
			/h F	日活加物				

調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、着色料(ココア、カラメ ル)、消泡剤、pH調整剤、酸味料、酸化防止剤(V·C)、酒精

		アレルゲン							
天ぷら3種 おろしポン酢添え							·乳	・小麦	
豚肉と野菜のコンソメ炒め							[• /	小麦	
里芋の煮物							小麦		
カリフラワーとコーンの和風サラダ							小	麦	
エネルギー		蛋白質		脂質		炭水化	物	食塩相当量	
421	kcal	15.3	g	22.2	g	40.1	g	1.4 g	
		•	44.5	D MC 1 - 4/					

調味料(アミノ酸等)、酒精、酸味料、リン酸Ca、pH調整剤、甘味料(ステ ビア)、着色料(カロチン、カラメル)、クエン酸、増粘剤(キサンタン)、酵素、焼成Ca、加エデンプン、消泡剤、ベーキングパウダー、乳化剤、

		アレルケン						
		小麦						
	マ	小	麦					
ほう	れん草	小麦	・えひ					
	パン	Ŋ	Ŋ					
エネル	ギー	蛋白質	Ì	脂質		炭水化物	食塩相	当量
279	kcal	20.2	g	17.6	g	14.5 g	1.7	g
				月添加物			_	

加エデンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵 素、酸味料、酒精、増粘剤(加エデンプン)、消泡剤、環状オリ ゴ糖、香辛料

		アレルゲン								
鶏	肉のレ	小麦								
	有	乳∙小麦								
白	菜と玉	ねぎの	小麦							
ひらた	けとピ・									
エネルギー		蛋白質		脂質		炭水化物	食塩相当量			
339	kcal	18.7	g	18.0	g	22.7 g	1.8 g			
			/+ F	ロッチェールト						

加工デンプン、酒精、酸味料、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、乳酸Ca、 香料、リン酸Ca、V.B1、消泡剤、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル 紅麹、ラック)、焼成Ca、酵素

【お願い】 ★温める際は、フタを取り、生野菜・和え物・サラダ等を取り出し、電子レンジで(500W)おかずコースは1分30秒、ごはんコースは2分を目安に温めて下さい。★食器の返却は、スポンジで軽く洗って翌日(翌営業日)にお返し下さい。 原材料の仕入れ状況により、メニュー(原材料)を変更させて頂く事があります。

・同じ製造ラインで、「小麦、そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ」の原材料を用いたおかずを製造しています。・コロッケ、肉類、魚介類、卵などは電子レンジの加熱時間により破裂することがありますので、ご注意下さい。 ・食事療法をされている方、アレルギーのある方は、事前に医療機関にご相談下さい。 ・味にはお好みがありますので、調味料はご自身でご用意下さい。



アレルゲン

小麦