

昼食用お弁当（おかず）コース ぜひご利用ください！！

- ・組合員さんのご要望にお応えして「昼食用お弁当（おかず）」の取り扱いを始めています。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。
- ・(月)～(木)お届けの賞味期限が変わりました！！ イメージイラスト
- ・お届け日から3日後の14時までお召し上がりいただけます。例) (月)お届けなら(木)の14時まで
- ・当初から3日後の賞味でも問題ないことを確認していましたが、「いつ食べたらいいのかわかりにくいのでは」という懸念から従来の賞味期限の表記をしていました。しかし「お届け曜日によって賞味期限が変わることがわかってわかりにくい」という声があり、今回表示を見直ししました。
- ・おかず5品で税込：590円です。



「献立表」を別途配布しています。ぜひご覧ください。

《川柳特集359号》

- 内緒です 福何時来るや 多賀の客 (長浜市 女性 88歳)**
【多賀大社へお参りしたが、頼んだ福がいつ来るのやら...。本当に下さるかどうかわかりませんので、人には言えません。】
(事務局より: 一体何を願いされたのでしょうか？今年が始まり早数ヶ月、私はいまだに初詣に行けておりません。)
 - 開花待つ 桜々と 待つが花 (長浜市 女性 87歳)**
とんび舞う くるり輪を書く ペアーかな 【病院の窓から見てる退屈かな！】
(事務局より: 待っている間は長いですが、散ってしまうのはあつという間ですね。この儂さも桜の魅力でしょうか？)
 - 夕食は バランスのある コープしょく (近江八幡市 女性 86歳)**
【コープ食に守られて長寿になっっています 脳梗塞の夫の寝顔やありがたき】
(事務局より: いつもご利用ありがとうございます。これからもおいしくてバランスのとれた食事を提供してまいります。)
 - ガソリンも 日替りメニューに なっていた (長浜市 女性 88歳)**
(事務局より: 3月には180円台を記録。車は無くてはならない交通手段のため、価格維持してほしいですね。)
 - 色だけで 他の鳥より 嫌われる【カラスのこと】 (野洲市 女性 76歳)**
【味だけでなく、見た目もきれいなので食がすすみます。感謝。お弁当を配達して下さるお2人が、あいその良い方で、うれしいです。】
(事務局より: もしカラスが赤や青色をしていたのなら、もっと好かれたのかなあ、と思いました。)
- 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！

きりとり

★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。 418

※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ありません。
個別商品についてのご意見は、できるだけ具体的な献立名やお届け日をご記入ください。

★「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) 年齢(歳)

★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

七

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。

冷凍おかず(土・日・祝日セット)

1食あたり 税込648円

注文締切日 4月29日(水)
お届け日 5月8日(金)

日付	献立	アレルギー	栄養成分	商品特徴	イメージ写真
5月9日	赤魚の天ぷら ポン酢みぞれ和え 豚肉と玉子の塩炒め ひじきの煮物 小松菜の煮びたし れんこんの金平	小麦・卵・乳 卵 小麦 小麦 小麦・卵	エネルギー 315 kcal たんぱく質 17.1 g 脂質 13.9 g 炭水化物 30.5 g 食塩相当量 1.8 g	【赤魚の天ぷら】くせのない白身魚で人気の赤魚をふんわりと天ぷらにし、ポン酢で和えた大根おろしをかけました。 【豚肉と玉子の塩炒め】ほどよく効いたブラックペッパーとごま油が香る塩だれで、豚肉と玉子、野菜を炒めました。	 レンジ目安 500W 4分20秒
5月10日	さわらの塩こうじ漬け焼き 鶏肉の酢豚風 もちふの玉子とじ ジャーマンポテト キャベツとコーンの炒め物 おくらのごま和え	小麦 小麦・卵・乳 卵・乳 小麦・乳	エネルギー 365 kcal たんぱく質 20.3 g 脂質 18.2 g 炭水化物 27.6 g 食塩相当量 2.1 g	【さわらの塩こうじ漬け焼き】さわらをふっくらとシューシーに召し上がっていただくために、塩粒につけてこんでから焼き上げました。 【鶏肉の酢豚風】トマトケチャップを味のベースに、自社で酸味と甘さを調整した酢豚あん、揚げた鶏肉や野菜をからめました。程よい酸味の一品です。	 レンジ目安 500W 4分10秒

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 4月29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。		毎週木曜日にお届けします。 ※祝日等の関係で曜日が変更になることがあります。	
5月7日(木)～5月8日(金)		お届け日: 5月7日(木)	
注文番号 006 炊きたて冷やし込みご飯 150g 税込132円 消費期限: お届け日当日22時 甲賀産コシヒカリ・キヌヒカリ等のブレンド米。	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。	注文番号 300 冷蔵 殺菌方法 120℃ 2秒 乳脂肪分 3.6%以上 生乳産地 鳥取県 せいきょう牛乳 200ml × 3本 税込246円 賞味期間: お届け日含め10日	乳

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	土	日
4月	6	7	8	9	10	11
5月	4	5	6	7	8	9
6月	8	9	10	11	12	13

お問い合わせ・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



夕食サポート

※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。

お弁当コース

ご飯(滋賀県産)
今週のコメント
5/8(金)の『天ぷら2種 おろしポン酢添え』はタラ、さつま芋をご用意しました。また、今週の味ご飯は『中華炊き込みご飯』です。

5月4日(月)	
献立名	アレルギー
みどりの日	
お休みです	

5月5日(火)	
献立名	アレルギー
こどもの日	
お休みです	

5月6日(水)	
献立名	アレルギー
振替休日	
お休みです	

5月7日(木)				
献立名	アレルギー			
豚肉とキャベツのにんにく味噌炒め	小麦			
チンゲン菜とピーマンのおかか炒め煮	小麦			
ひじきの煮物	小麦			
オクラのピーナツ和え	小麦・落花生			
白花豆				
ごはん				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
457 kcal	11.6 g	12.9 g	72.3 g	1.5 g
使用添加物				
酒精、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、加工デンプン、酸化防止剤(V.C、V.E)、漂白剤(次亜硫酸Na)、酸味料、酵素、焼成Ca、消泡剤				

5月8日(金)				
献立名	アレルギー			
天ぷら2種 おろしポン酢添え	卵・乳・小麦			
筍とこんにゃくの炒め物	小麦			
小松菜とささみのあっさり炒め				
わかめとコーンの煮浸し	小麦			
りんご				
中華風炊き込みご飯	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
517 kcal	15.3 g	13.9 g	83.0 g	1.8 g
使用添加物				
酒精、調味料(アミノ酸等)、水酸化Ca、pH調整剤、凝固剤、酸化防止剤(V.C)、乳酸Ca、リン酸Ca、香料、乳化剤、消泡剤、ベーキングパウダー、酸味料、着色料(カロチン)、消泡剤				

4種類のおかずコース

今週のコメント
5/7(木)の『カリフラワーのわさび風味フリッター』は新メニューです。わさびの香りがアクセントです。

献立名	アレルギー
みどりの日	
お休みです	

献立名	アレルギー
こどもの日	
お休みです	

献立名	アレルギー
振替休日	
お休みです	

献立名	アレルギー			
豚肉とほうれん草のチャンブルー	小麦			
白身魚のパン粉焼き	乳・小麦			
カリフラワーのわさび風味フリッター	卵・乳・小麦			
オクラとカニカマの酢の物	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
368 kcal	17.7 g	25.6 g	14.2 g	1.6 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類、グアーガム)、酒精、豆腐用凝固剤、炭酸Ca、香料、乳化剤、酸味料、着色料(クチナシ、パプリカ、カロチン)、リン酸Ca、ベーキングパウダー、環状オリゴ糖、消泡剤、pH調整剤、イーストフード、V.C、焼成Ca、酵素、酸化防止剤(V.C)、加工デンプン				

献立名	アレルギー			
ブリの煮付け	小麦			
チキンカツのトマトソース	卵・乳・小麦			
筍と人参の金平	小麦			
チンゲン菜とツナのシーザーサラダ	卵・乳			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
345 kcal	19.5 g	21.9 g	21.4 g	2.2 g
使用添加物				
加工デンプン、酒精、ポリリン酸Na、pH調整剤、増粘多糖類、乳化剤、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、香料、着色料(カラメル、カロチン)、酸味料、増粘剤(キサンタン)、消泡剤				

6種類のおかずコース

今週のコメント
5/8(金)の『天ぷら3種 おろしポン酢添え』はタラ、さつま芋、玉ねぎとそら豆のかき揚げをご用意しました。旬のそら豆は「畑の肉」と呼ばれ、豆類の中でも特に栄養バランスに優れた食材です。

献立名	アレルギー
みどりの日	
お休みです	

献立名	アレルギー
こどもの日	
お休みです	

献立名	アレルギー
振替休日	
お休みです	

献立名	アレルギー			
豚肉とキャベツのにんにく味噌炒め	小麦			
チンゲン菜とピーマンのおかか炒め煮	小麦			
イカメンチカツ	乳・小麦			
ひじきの煮物	小麦			
オクラのピーナツ和え	小麦・落花生			
白花豆				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
423 kcal	13.9 g	25.1 g	32.4 g	3.0 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘剤(グアーガム)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C、V.E)、加工デンプン、漂白剤(次亜硫酸Na)、着色料(カラメル)、酸味料、酵素、消泡剤、焼成Ca				

献立名	アレルギー			
天ぷら3種 おろしポン酢添え	卵・乳・小麦			
筍とこんにゃくの炒め物	小麦			
煮物(ごぼう天、れんこん)	卵・小麦			
小松菜とささみのあっさり炒め				
わかめとコーンの煮浸し	小麦			
りんご				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
395 kcal	15.4 g	18.2 g	44.0 g	2.1 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、水酸化Ca、凝固剤、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、着色料(カロチン)、ベーキングパウダー、乳化剤、クエン酸、香料、消泡剤、酸味料				

8種類のおかずコース
旬彩御膳

今週のコメント
5/7(木)は『サワラの西京焼き』です。サワラは、高タンパク・低脂質で、良質なDHA/EPAやカリウム、ビタミンB2・Dが豊富な健康食材です。血液サラサラ効果、脳の活性化、高血圧予防、疲労回復に役立ちます。

献立名	アレルギー
みどりの日	
お休みです	

献立名	アレルギー
こどもの日	
お休みです	

献立名	アレルギー
振替休日	
お休みです	

献立名	アレルギー			
サワラの西京焼き	小麦			
ハムカツ	乳・小麦			
卵の花	小麦			
れんこん金平	小麦			
オクラの赤しそ和え	小麦			
もやし中華炒め				
八幡巻き	小麦			
きゅうりとシラスのサラダ	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
443 kcal	22.4 g	22.7 g	40.2 g	3.5 g
使用添加物				
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、酸味料、消泡剤、リン酸塩(Na)、増粘多糖類、くん液、トレハロース、酸化防止剤(V.C)、発色剤(亜硝酸Na)、着色料(クチナシ、カロチン)、香料、増粘剤(キサンタン、加工デンプン)、甘味料(ステビア)、メタリン酸Na、漂白剤(次亜硫酸Na)、ピロリン酸Na				

献立名	アレルギー			
ハンバーグデミグラスソース	乳・小麦			
カレイのけんちん蒸し	卵・小麦			
わかめの変わりサラダ	卵・乳・小麦・かに・えび			
春巻	小麦			
ほうれん草バターソテー	乳			
こんにゃくと竹輪の煮物	卵・小麦			
オレンジ				
ふき旨煮	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
421 kcal	23.6 g	20.4 g	36.0 g	3.8 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、着色料(ココア、カラメル、クチナシ、紅糖)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、増粘剤(加工デンプン、キサンタン、増粘多糖類)、酸味料、酒精、水酸化Ca、加工デンプン、ソルビット、炭酸Ca、乳化剤、消泡剤、品質安定剤(酢酸Ca)、香料、香辛料				

やわらかおかずコース

今週のコメント
5/7(木)の『天ぷら 3種』はカレイ、南瓜、しんじょうです。

献立名	アレルギー
みどりの日	
お休みです	

献立名	アレルギー
こどもの日	
お休みです	

献立名	アレルギー
振替休日	
お休みです	

献立名	アレルギー			
天ぷら 3種	卵・小麦			
チャブチェ	小麦			
うまい菜と油揚げの浸し	小麦			
玉ねぎとカニカマのサラダ	卵・乳・小麦・かに・えび			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
380 kcal	18.1 g	18.8 g	35.2 g	1.5 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、着色料(紅花黄、クチナシ、V・B2、カロチン、カラメル、紅糖)、ベーキングパウダー、消泡剤、凝固剤、酒精、酸化防止剤(V.C)、糊料(キサンタン)、酸味料、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、香料、甘味料(ステビア)				

献立名	アレルギー			
鶏肉と野菜のさっぱり煮	小麦			
厚揚げの照焼き	卵・乳・小麦			
もやしときゅうりの梅おかか和え	小麦			
人参とツナのシリシリ	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
238 kcal	22.1 g	7.5 g	22.4 g	2.2 g
使用添加物				
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、消泡剤、凝固剤、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(クチナシ、カラメル)、香辛料、酸味料、甘味料(ステビア、スクラロース)、V.B1				

減塩おかずコース

今週のコメント
5/7(木)の『天ぷら3種 天つゆ添え』はカレイ、なす、はんぺんをご用意しました。お好みで天つゆをかけてお召し上がりください。

献立名	アレルギー
みどりの日	
お休みです	

献立名	アレルギー
こどもの日	
お休みです	

献立名	アレルギー
振替休日	
お休みです	

献立名	アレルギー			
天ぷら3種 天つゆ添え	卵・乳・小麦			
チャブチェ	小麦			
キャベツと油揚げの煮物	小麦			
昆布豆	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
381 kcal	13.5 g	21.6 g	32.2 g	1.4 g
使用添加物				
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)、増粘多糖類、酢酸Na、グリシン、着色料(カラメル、カロチン)、酸味料、凝固剤、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、ベーキングパウダー、V.B1、糊料(キサンタン)、消泡剤、乳化剤、環状オリゴ糖				

献立名	アレルギー			
鶏肉の玉ねぎポン酢ソース	小麦			
ホキのBBQ焼き	乳・小麦			
じゃが芋のフリッター	卵・乳・小麦			
ブロッコリーとツナの浸し	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
325 kcal	24.7 g	19.1 g	14.3 g	2.1 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン、グアーガム)、くん液、酒精、酸味料、リン酸Ca、V.B1、ベーキングパウダー、着色料(カロチン、カラメル)、消泡剤、焼成Ca、香料、pH調整剤、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。
・栄養成分値は、献立表の作成時の計算値であり、食材や調理方法により多少前後する場合があります。
・商品お届け後は、冷蔵庫で保管し、当日の午後10時までにお召し上がり下さい。
・アレルギー物質の義務表示8品目を使用している商品に、「小麦、そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ」の表示をしています。【お願い】アレルギー表示はあくまでも目安です。使用前には必ず商品の原材料欄をご確認ください。

・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、ご注意ください。
・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、ご自身で調味料はご用意下さい。

だしは天然だしを使用しております!



夕食サポート お昼のおかずコース

日付はお届け日です。お届け日から3日後の14時までにお召し上がりください。夕食用弁当お届け日のみ、ご利用可能です。

5月4日(月)	
献立名	アレルギー
みどりの日 お休みです	
今週のコメント	
お休みが多い週ですが、5月7日(木)は、豚肉の生姜焼きと揚げ餃子をご用意しました。ご飯が進むおかずで楽しんでいただけたらと思います。	

5月5日(火)	
献立名	アレルギー
こどもの日 お休みです	
今週のコメント	

5月6日(水)	
献立名	アレルギー
振替休日 お休みです	
今週のコメント	

5月7日(木)				
献立名	アレルギー			
豚肉の生姜焼き	小麦			
揚げ餃子	小麦			
ポテトサラダ	卵・乳・小麦			
切干大根の煮物	小麦			
梅ザーサイ	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
365 kcal	13.2 g	22.5 g	25.4 g	2.6 g
使用添加物				
酢酸Na、グリシン、酒精、調味料(アミノ酸等)、乳酸Ca、酸味料、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、香料、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、リン酸Ca、発色剤(亜硝酸Na)、くん液、香辛料、消泡剤、酵素、着色料(赤102、ターメリック、コチニール、カラメル)、加工エテンブ、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、焼成Ca				

5月8日(金)				
献立名	アレルギー			
鶏肉と野菜の黒酢あん	卵・小麦			
大根のそぼろあんかけ	小麦			
金平れんこん	小麦			
だし巻き卵	卵・小麦			
茶福豆				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
279 kcal	12.3 g	9.3 g	36.4 g	2.7 g
使用添加物				
加工エテンブ、増粘剤(加工エテンブ、キサンタン)、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、pH調整剤、トレハロース、ポリリン酸Na				

5月11日(月)				
献立名	アレルギー			
サバの生姜煮	小麦			
チキンカツ	卵・乳・小麦			
ポテトサラダ	卵・乳・小麦			
ブロッコリーのガーリックオイル和え				
からし風味小なす漬	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
319 kcal	18.7 g	15.4 g	25.9 g	1.9 g
使用添加物				
増粘剤(加工エテンブ、タマリンドガム、増粘多糖類)、加工エテンブ、調味料(アミノ酸等)、酢酸Na、酸味料、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル)、酒精、グリシン、甘味料(ステビア)、保存料(ソルビン酸K)、香料、発色剤(亜硝酸Na)、くん液、リン酸塩(Na)、焼成Ca、消泡剤、酸化防止剤(V.C)、漂白剤(次亜硫酸Na)、香辛料				

5月12日(火)				
献立名	アレルギー			
ポークカレー	乳・小麦			
イカメンチカツ	小麦			
3種の豆サラダ				
カリフラワーと枝豆の香味和風和え	小麦			
福神漬け	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
418 kcal	13.9 g	26.7 g	29.7 g	3.0 g
使用添加物				
酢酸Na、グリシン、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、クチナシ)、増粘剤(グアーガム、キサンタン、加工エテンブ)、酒精、酸味料、甘味料(甘草、ステビア)、糖料(グアーガム)、リン酸Ca、乳化剤、pH調整剤、酵素、増粘多糖類、消泡剤、加工エテンブ、焼成Ca、リン酸塩(Na)、香料				

5月13日(水)				
献立名	アレルギー			
照焼きチキン	小麦			
アカウオのさっぱり煮	小麦			
ポテトサラダ	卵・乳・小麦			
ブロッコリーとピーマンのレモンペッパー炒め	小麦			
金時豆				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
437 kcal	29.1 g	22.5 g	24.6 g	3.2 g
使用添加物				
酢酸Na、グリシン、酒精、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、香料、香辛料、焼成Ca、調味料(アミノ酸等)、消泡剤、酵素、加工エテンブ、リン酸塩(Na)、くん液、発色剤(亜硝酸Na)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル)、酸味料				

5月14日(木)				
献立名	アレルギー			
ミートボールのデミグラスソース	卵・乳・小麦			
ホキのチーズムニエル	乳・小麦			
ポテトサラダ	卵・乳・小麦			
ピーマンと玉ねぎの塩昆布和え	小麦			
白花豆				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
422 kcal	19.7 g	22.1 g	36.2 g	2.0 g
使用添加物				
加工エテンブ、酢酸Na、調味料(アミノ酸等)、グリシン、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル、クチナシ、果実)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、pH調整剤、酒精、香料、乳化剤、酸味料、消泡剤、発色剤(亜硝酸Na)、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(亜硫酸塩、V.C)、くん液、香辛料				

5月15日(金)				
献立名	アレルギー			
若鶏のみぞれ煮	小麦			
れんこんと鶏肉の梅仕立て	乳・小麦			
金平ごぼう	小麦			
ひじきの煮物	小麦			
さくら漬け				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
264 kcal	16.7 g	14.1 g	18.6 g	2.6 g
使用添加物				
増粘剤(加工エテンブ)、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、加工エテンブ、キシロース、酸味料、着色料(野菜)ポリリン酸Na、カラメル色素、香料、V.C				

5月18日(月)				
献立名	アレルギー			
サバの味噌煮	小麦			
トンカツ	乳・小麦			
ポテトサラダ	卵・乳・小麦			
だし巻き卵	卵・小麦			
ごま昆布	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
408 kcal	21.8 g	22.3 g	29.6 g	3.3 g
使用添加物				
ソルビット、加工エテンブ、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル)、酢酸Na、リン酸塩(Na)、ポリリン酸Na、酸味料、酒精、グリシン、酸化防止剤(V.C)、香料、増粘多糖類、酵素、香辛料、くん液、発色剤(亜硝酸Na)、消泡剤				

5月19日(火)				
献立名	アレルギー			
鶏肉のオーロラソース焼き	卵			
カレイの煮付け	小麦			
里芋サラダ				
カリフラワーと枝豆の香味和風和え	小麦			
梅ザーサイ	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
453 kcal	28.2 g	30.4 g	13.8 g	2.8 g
使用添加物				
酢酸Na、グリシン、酒精、調味料(アミノ酸等)、乳酸Ca、酸味料、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、香料、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、リン酸Ca、増粘剤(加工エテンブ、キサンタン)、酵素、乳化剤、着色料(コチニール、紅糖、赤102)、甘味料(ステビア)、加工エテンブ、焼成Ca、香辛料				

5月20日(水)				
献立名	アレルギー			
豚肉の生姜焼き	小麦			
サケフライ	小麦			
ポテトサラダ	卵・乳・小麦			
大根とピーマンの中華煮	小麦			
茶福豆				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
396 kcal	17.2 g	23.9 g	25.6 g	2.0 g
使用添加物				
増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、酢酸Na、グリシン、調味料(アミノ酸等)、酒精、リン酸Ca、酵素、pH調整剤、加工エテンブ、酸味料、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル)、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、香辛料、発色剤(亜硝酸Na)、くん液、焼成Ca、消泡剤				

5月21日(木)				
献立名	アレルギー			
肉団子の中華あんかけ	卵・乳・小麦			
ホキのタンドリー焼き	小麦			
ポテトサラダ	卵・乳・小麦			
南瓜の煮物	小麦			
きゅうりの漬物	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
482 kcal	19.8 g	30.2 g	28.4 g	2.8 g
使用添加物				
加工エテンブ、酢酸Na、調味料(アミノ酸等)、グリシン、酒精、酸味料、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、pH調整剤、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル)、リン酸Ca、香辛料、香料、発色剤(亜硝酸Na)、くん液、消泡剤				

5月22日(金)				
献立名	アレルギー			
酢豚	卵・乳・小麦			
大根のそぼろあんかけ	小麦			
金平れんこん	小麦			
なます				
黒豆	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
209 kcal	6.0 g	4.4 g	36.4 g	3.2 g
使用添加物				
加工エテンブ、増粘剤(加工エテンブ、キサンタン)、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロテン)、酸味料、pH調整剤、甘味料(ステビア)、トレハロース、保存料(ソルビン酸K)、重曹、貝Ca、膨張剤、リン酸Ca				

5月25日(月)				
献立名	アレルギー			
サバの生姜煮	小麦			
チキンカツ	卵・乳・小麦			
ポテトサラダ	卵・乳・小麦			
金平ごぼう	小麦			
白花豆				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
323 kcal	18.8 g	14.4 g	29.1 g	2.0 g
使用添加物				
加工エテンブ、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類、タマリンドガム)、調味料(アミノ酸等)、酢酸Na、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル)、酒精、グリシン、pH調整剤、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、香辛料、V.C、酸味料、増粘多糖類、発色剤(亜硝酸Na)、くん液、焼成Ca、消泡剤				

5月26日(火)				
献立名	アレルギー			
照り焼きチキン	小麦			
ホキの西京焼き	乳・小麦			
ふきと竹の子の白和え				
ピーマンとさきみの明太スパゲッティ	乳・小麦			
金時豆				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
434 kcal	32.6 g	20.5 g	24.7 g	3.6 g
使用添加物				
加工エテンブ、酢酸Na、調味料(アミノ酸等)、グリシン、加工エテンブ、酒精、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類、キサンタン)、リン酸Ca、着色料(紅麹、唐辛子、カラメル、クチナシ)、V.C、香料、酸味料、pH調整剤、V.B2、焼成Ca、酵素、乳化剤、乳酸Ca、消泡剤				

5月27日(水)				
献立名	アレルギー			
豚キムチ	小麦			
アカウオのさっぱり煮	小麦			
ポテトサラダ	卵・乳・小麦			
ブロッコリーとピーマンのレモンペッパー炒め	小麦			
からし風味小なす漬	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
396 kcal	17.5 g	26.2 g	20.3 g	2.6 g
使用添加物				
酢酸Na、調味料(アミノ酸等)、グリシン、加工エテンブ、酒精、酸味料、保存料(ソルビン酸K)、pH調整剤、香料、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類、キサンタン)、酸化防止剤(V.C)、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル)、リン酸塩(Na)、酵素、漂白剤(次亜硫酸Na)、香辛料、くん液、発色剤(亜硝酸Na)、焼成Ca、消泡剤				

5月28日(木)				
献立名	アレルギー			
ポークカレー	乳・小麦			
白身魚フライ	小麦			
ポテトサラダ	卵・乳・小麦			
青菜のおひたし	小麦			
福神漬け	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
389 kcal	11.1 g	27.8 g	22.3 g	2.5 g
使用添加物				
酢酸Na、加工エテンブ、調味料(アミノ酸等)、グリシン、着色料(ターメリック、カラメル、クチナシ、コチニール)、酒精、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類、グアーガム)、リン酸塩(Na)、酸味料、pH調整剤、甘味料(甘草、ステビア)、くん液、酸化防止剤(V.C)、糖料(グアーガム)、増粘多糖類、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、リン酸Ca、焼成Ca、消泡剤、乳化剤、酵素、香料				

5月29日(金)				
献立名	アレルギー			
若鶏のトマト煮	小麦			
れんこんと鶏肉の梅仕立て	乳・小麦			
切干大根の煮物	小麦			
豆ひじき	小麦			
さくら漬け				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
281 kcal	16.4 g	13.7 g	23.5 g	2.6 g
使用添加物				
増粘剤(加工エテンブ)、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、加工エテンブ、酸味料、着色料(野菜)、香料、キシロース、ポリリン酸Na				

【お願い】 ★温める際は、電子レンジで(500W)1分～1分30秒を目安に温めて下さい。
 ・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。
 ・栄養成分値は、献立名の作成時の計算値であり、食材や調理方法により多少前後する場合があります。
 ・商品お届け後は、冷蔵庫で保管し、表示の賞味期限内(お届け日から3日後の14時まで)にお召し上がりください。
 ・アレルギー物質の義務表示8品目を使用している商品に、「小麦、そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ」で表示しています。
 《お願い》アレルギー表示はあくまでも目安です。使用前には必ず商品の原材料欄をご確認ください。
 ・お弁当の容器について、「洗っていただいたもの」については回収いたします。

だしは天然だしを使用しております!

生活協同組合コープしが

・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、ご注意ください。
 ・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。

注文用紙 点線で切り取ってお渡しください。

締切日: お届け週の前週(水)	センター	サポーターCD	順番	サポーター名
※夕食用弁当お届け日のみ、ご利用可能です。	組合員CD		お名前	
No.031 昼食弁当(おかず) 税込:590円	ご利用期間		必要数 曜日ごとの必要数をご記入ください。	
	毎週 / 5月 日～週のみ	月	火	水
		木	金	

※毎週に○をされた場合、翌週以降のご注文は不要です。