

コープしが
夕食サポート

♡つながり

《夕食ニュース》

No. 434
8月24日号

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。

電子レンジでの加熱時、500wの場合は1分30秒～2分が目安です。600wの場合は10秒単位で様子を見ながら追加加熱を行ってください。

コロッケ、肉類、魚介類、卵などは、加熱で中の水分や空気が急に膨張し破裂する恐れがあります。

食材の調理法や電子レンジの機能によるところが大きく、現状献立ごとにお知らせできておらず、申し訳ございません。

破裂を防ぐ簡単な対策として、加熱前に爪楊枝やフォークなどで食材に数か所穴を開ける方法があります。ぜひ一度お試しください。

電子レンジでの加熱による破裂にご注意ください！

《川柳特集373号》

人と熊共存するの難しい(野洲市女性76歳)

4種おかずコースは魚と肉類、両方入っていて嬉しいです。(事務局より:近年熊の被害が深刻ですね。滋賀県も山に囲まれているためいつどこで遭遇してもおかしくありません。)

暑い日もそうでない日も笑顔嬉しく(土山町女性82歳)

おかず何かと・・・毎食も・・・(事務局より:これだけ暑いとつい顔をしかめてしまいがちですが、こういった時こそ笑顔を手がけたいですね！)

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！

皆さま大変達筆につき、一部推測して活字化しております。本来の意図と異なる箇所がございましたらご容赦ください。

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。

434

※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・日セット)

1食あたり 税込648円

注文締切日	8月19日(水)
お届け日	8月28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
8月29日 土	鮭の塩焼き 鶏肉の梅みそだれ 高野豆腐の炊き合わせ 小松菜のおひたし さつまいもの甘辛和え 切干大根の煮物	小麦 小麦 小麦 小麦	エネルギー 380 kcal たんぱく質 24 g 脂質 17.1 g 炭水化物 31.4 g 食塩相当量 2.1 g	【鮭の塩焼き】魚のおいしさをシンプルに味わえる塩焼きです。 【鶏肉の梅みそだれ】素揚げした鶏肉に、梅の酸味をプラスしたみそだれを合わせました。	 レンジ目安 500W 4分10秒
8月30日 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・乳成分 卵・乳成分 小麦・乳成分	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、塩糍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に、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	8月19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。

お届け日を選べます。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に変更になることがあります。	
8月24日(月)～8月28日(金)		お届け日: 8月27日(木)	
注文番号 006		注文番号 293	
炊きたて冷やし込みご飯 150g		野菜1/2日分サラダ 175g	
税込132円		税込213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。		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		殺菌方法 120℃ 2秒 乳脂肪分 3.6%以上 生乳産地 鳥取県	
冷蔵		冷蔵	
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		月	火	水	木	金	土	日		月	火	水	木	金	土	日
8月						1	2	9月		1	2	3	4	5	6	10月				1	2	3	4
	3	4	5	6	7	8	9										5	6	7	8	9	10	11
	10	11	12	13	14	15	16		7	8	9	10	11	12	13		12	13	14	15	16	17	18
	17	18	19	20	21	22	23		14	15	16	17	18	19	20		19	20	21	22	23	24	25
	24	25	26	27	28	29	30		21	22	23	24	25	26	27		26	27	28	29	30	31	
	31								28	29	30												

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。

8 月 24 日 (月)					
献立名			アレルゲン		
豚肉と白菜のウスターソース炒め					
煮物(高野豆腐、ひらたけ)			小麦		
オクラとわかめのレモンマリネ					
ブロッコリーと竹輪のおかか炒め			小麦		
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	
475	kcal	13.9 g	15.7 g	69.6 g	1.5 g
使用添加物					
酒精、豆腐用凝固剤、重曹、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、乳酸Ca、香料、リン酸Ca、酵素、加工デンプン、焼成Ca、酸味料、消泡剤、着色料(カラメル)					

8 月 25 日（ 火 ）					
献立名			アレルゲン		
ブリの塩焼き			小麦		
メンチカツ			乳・小麦		
切干大根のあっさり煮					
ほうれん草と人参の和え物			小麦		
季節の果物					
きのこごはん			小麦		
エネルギー		蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
466	kcal	17.3 g	15.2 g	67.2 g	2.9 g
使用添加物					
調味料（アミノ酸等）、pH調整剤、増粘剤（加工デンプン、グアーガム）、酒精、乳化剤、酸化防止剤（V.C）、膨張剤、乳酸Ca、凝固剤、アルギニン、漂白剤（次亜硫酸Na）、塩化Ca、着色料（カラメル）、香料、酸味料、酵素、クエン酸、消泡剤、焼成Ca、環状オリゴ糖、加工デンプン					

8 月 26 日（ 水 ）					
献立名			アレルゲン		
鶏肉のレモン和え【新潟】			小麦		
チンゲン菜とそぼろ卵の塩だれ炒め			卵・乳・小麦		
南瓜とひじきのごまドレサラダ			卵・小麦		
赤こんにゃくと小エビの炒め煮			小麦・えび		
カリフラワーのピーナツ和え			小麦・落花生		
ごはん					
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
558	kcal	20.1 g	16.7 g	80.9 g	1.6 g
使用添加物					
加工デンプン、酒精、水酸化Ca、調味料（アミノ酸等）、着色料（酸化鉄）、香料、甘味料（ステビア）、酸化防止剤（V.E、V.C）、増粘剤（キサンタン）、pH調整剤、リン酸Ca、グリシン、酵素、酸味料、乳化剤、増粘多糖類、酢酸Na、V.B1、焼成Ca、消泡剤					

8 月 27 日 (木)					
献立名			アレルゲン		
豚肉と夏野菜のカレー炒め			乳・小麦		
煮物(ごぼう天、人参)			卵・小麦		
いんげんとツナの炒め物			小麦		
中華風フライドポテト					
えのきと梅ざーサイの和え物			小麦		
ごはん					
エネルギー		蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
475	kcal	13.2 g	16.7 g	70.1 g	1.8 g
使用添加物					
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)、乳酸Ca、漂白剤(次亜硫酸Na)、酸味料、増粘多糖類、リン酸塩 (Na)、香料、リン酸Ca、着色料(赤102、カラメル)、酵素、焼成Ca、消泡 剤					

8 月 28 日 (金)					
献立名			アレルゲン		
天ぷら2種 天つゆ添え			卵・乳・小麦		
きのこ豚ひき肉のコンソメ炒め			乳・小麦		
大豆と枝豆の煮物			小麦		
小松菜とささみのマヨサラダ			卵		
ピーマンのキムチ和え					
ごはん					
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
551	kcal	17.7 g	17.2 g	82.8 g	1.0 g
使用添加物					
調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、グリシン、酢酸Na、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラメル、カロテン)、増粘剤(キサンタン)、リン酸Ca、乳化剤、ベーキングパウダー、酸味料、消泡剤					

4種類のおかずコース

今週のコメント
8/28(金)は『カオマンガイ風チキン』が登場します。カオマンガイはタイ料理のひとつで、タイのチキンライスとも呼ばれています。

献立名			アレルゲン	
ハンバーグのサルサソースがけ			卵・乳・小麦	
白菜とエビの炒め物			卵・乳・小麦・えび	
じゃが芋コロッケ			乳・小麦	
椎茸の佃煮			小麦	
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
336 kcal	12.2 g	18.1 g	29.8 g	2.4 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、酒精、着色料(カラメル、アナトー)、pH調整剤、香料、リン酸Ca、乳化剤、酸味料、増粘多糖類、グリシン、酢酸Na、消泡剤				

献立名			アレルゲン	
ブリの煮付			小麦	
チキンカツのおろしソースがけ			卵・小麦	
筍と人参の金平			小麦	
うぐいす豆				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
316 kcal	18.9 g	18.3 g	22.9 g	2.0 g
使用添加物				
加工デンプン、酒精、ポリリン酸Na、増粘多糖類、pH調整剤、 乳化剤、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、リン酸Ca、 消泡剤、クエン酸、乳酸Ca、酸味料				

献立名			アレルゲン	
豚肉とほうれん草のチャンプルー			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
365 kcal	17.6 g	25.6 g	13.4 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、カロテン）、リン酸Ca、ベーキングパウダー、環状オリゴ糖、消泡剤、V.C、イーストフード、pH調整剤、焼成Ca、酵素、酸化防止剤（V.C）、加工デンプン				

献立名			アレルゲン	
メバルの唐揚げ			小麦	
牛肉と春雨の炒め物			小麦	
南瓜サラダ			卵	
れんこんとわかめの煮物			小麦	
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
367 kcal	17.2 g	24.4 g	21.2 g	1.9 g
使用添加物				
加工デンプン、酒精、調味料（アミノ酸等）、酸化防止剤（V.C）、pH調整剤、リン酸Ca、酵素、焼成Ca、消泡剤、着色料（カラメル）、酸味料				

献立名			アレルゲン	
カオマンガイ風チキン			小麦	
イカフライ			小麦	
味噌ポテト				
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
352 kcal	20.1 g	20.7 g	22.1 g	2.0 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、グアーガム、キサンタン)、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、リン酸Ca、酵素、焼成Ca、乳化剤、酸味料、消泡剤、V.B2、香辛料				

6種類のおかずコース

今週のコメント
8/26(水)の『鶏肉のレモン和え』は新潟県で愛されているご当地給食メニューです。8/28(金)の『天ぷら3種 天つゆ添え』はカレイ、さつま芋、玉ねぎとコーンのかき揚げです。

献立名		アレルゲン	
豚肉と白菜のウスターソース炒め			
煮物(高野豆腐、ひらたけ)		小麦	
あんかけ焼きそば		小麦	
オクラとわかめのレモンマリネ			
ブロッコリーと竹輪のおかか炒め		小麦	
白花豆			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
390 kcal	14.6 g	23.9 g	29.1 g
使用添加物		食塩相当量	
加工デンプン、酒精、かんすい、pH調整剤、豆腐用凝固剤、重曹、乳化剤、酸化防止剤(V.C)、調味料(アミノ酸等)、乳酸Ca、香料、リン酸Ca、酸味料、焼成Ca、着色料(クチナシ、カラメル)、酵素、消泡剤		2.6 g	

献立名			アレルゲン	
ブリの塩焼き			小麦	
メンチカツ			乳・小麦	
なすの玉ねぎ南蛮			小麦	
切干大根のあっさり煮				
ほうれん草と人参の和え物			小麦	
季節の果物				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
351 kcal	18.3 g	22.7 g	22.0 g	2.1 g
使用添加物				
加工デンプン、増粘剤(加工デンプン、グアーガム)、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、酒精、乳化剤、膨張剤、アルギニン、凝固剤、塩化Ca、着色料(カラメル)、香料、乳酸Ca、酸化防止剤(V.C)、酵素、クエン酸、消泡剤、焼成Ca、酸味料				

献立名			アレルゲン	
鶏肉のレモン和え【新潟】			小麦	
チンゲン菜とそぼろ卵の塩だれ炒め			卵・乳・小麦	
白菜とかまぼこの炒め物			小麦	
南瓜とひじきのごまドレサラダ			卵・小麦	
赤こんにゃくと小エビの炒め煮			小麦・えび	
カリフラワーのピーナツ和え			小麦・落花生	
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
457 kcal	24.4 g	22.2 g	38.3 g	2.7 g
使用添加物				
加工デンプン、酒精、調味料(アミノ酸等)、水酸化Ca、着色料(酸化鉄、コチニール、カラメル)、香料、甘味料(ステビア)、酸化防止剤(V.E、V.C)、増粘剤(キサンタン)、pH調整剤、リン酸Ca、グリシン、酵素、酸味料、乳化剤、増粘多糖類、酢酸Na、V.B1、焼成Ca、消泡剤				

献立名			アレルゲン	
豚肉と夏野菜のカレー炒め			乳・小麦	
煮物(大根、ごぼう天、人参)			卵・小麦	
イカフライ			小麦	
いんげんとツナの炒め物			小麦	
中華風フライドポテト				
えのきと梅ザーサイの和え物			小麦	
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
422 kcal	16.1 g	28.7 g	25.8 g	2.6 g
使用添加物				
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)、乳酸Ca、漂白剤(次亜硫酸Na)、酸味料、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、香料、リン酸Ca、酵素、乳化剤、着色料(赤102、カラメル)、消泡剤、増粘剤(加工デンプン、グアーガム)、焼成Ca				

献立名			アレルゲン	
天ぷら3種 天つゆ添え			卵・乳・小麦	
きのこ豚ひき肉のコンソメ炒め			乳・小麦	
れんこんと筍の金平			小麦	
大豆と枝豆の煮物			小麦	
小松菜とささみのマヨサラダ			卵	
ピーマンのキムチ和え				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
429 kcal	17.2 g	21.9 g	43.7 g	1.7 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、グリシン、酢酸Na、着色料(カラメル、カロチン)、増粘剤(キサンタン)、リン酸Ca、ベーキングパウダー、乳化剤、酸味料、消泡剤				

8種類のおかずコース

旬彩御膳

今週のコメント
8/25(火)の『天ぷら3種』はメバル、さつま芋、小エビ入りかき揚げです。さつま芋の酵素は、低温でじっくり加熱することでデンプンを糖にかえます。焼き芋等を作る際には、低温のオーブンで時間をかけて加熱するのがベストです。

献立名			アレルゲン		
ガーリック醤油チキン			卵・乳・小麦		
カレイの照焼き			小麦		
卵の花			小麦		
カリフラワーのサラダ			卵		
オクラの塩昆布和え			小麦		
南瓜の甘辛揚げ			小麦		
八幡こんにゃくの煮物			小麦		
麩のラスク風 キャラメル味			乳・小麦		
エネルギー		蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
446	kcal	31.8 g	26.3 g	26.3 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、酸味料、酒糟、香辛料、酸化防止剤(V-C、V-E)、増粘剤(グァーガム、加工デンプン)、増粘多糖類、キシタン糖、香料、乳化剤、着色料(クチナシ、酸化鉄)、消泡剤、水酸化Ca、増粘多糖類					

タ食サポート

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。

8 月 3 日（月）					
献立名		アレルゲン			
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
使用添加物					
ソルビット、加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン、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					

8 月 4 日（火）					
献立名		アレルゲン			
照り焼きチキン		小麦			
ホキの西京焼き		乳・小麦			
枝豆とひじきの白和え		乳・小麦			
ピーマンとささ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	
439	kcal	32.8	g	20.7	g
使用添加物					
加工デンプン、酢酸Na、調味料(アミノ酸等)、グリシン、酒精、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類、キサンタン)、リン酸Ca、着色料(紅麴、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、消泡剤					

8 月 5 日（水）					
献立名		アレルゲン			
豚肉の生姜焼き		小麦			
白身魚フライ		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	
409	kcal	17.1	g	25.6	g
使用添加物					
増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類、グアーガム)、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、加工デンプン、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					

8 月 6 日（木）					
献立名		アレルゲン			
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
使用添加物					
加工デンプン、酢酸Na、調味料(アミノ酸等)、グリシン、酒精、酸味料、増粘剤(加工デンプン、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					

8 月 7 日（金）					
献立名		アレルゲン			
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
使用添加物					
加工デンプン、増粘剤(加工デンプン、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					

8 月 10 日（月）					
献立名		アレルゲン			
サバの生姜煮		小麦			
ハンバーグのシャリアピンソース		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		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	
368	kcal	21.7	g	18.1	g
使用添加物					
増粘剤(加工デンプン、タマリンドガム、キサンタンガム、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、酢酸Na、酸味料、消泡剤(ターメリック、コチニール、カラメル)、酒精、グリシン、保存料(ソルビン酸K)、香料、発色剤(亜硝酸Na)、くん液、pH調整剤、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C、フェルラ酸)、漂白剤(次亜硫酸Na)、香辛料					

8 月 11 日（火）					
献立名		アレルゲン			
照り焼きチキン		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ベッパー炒め		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
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、加工デンプン、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)、酸味料					

8 月 12 日（水）					
献立名		アレルゲン			
照り焼きチキン		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ベッパー炒め		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
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、加工デンプン、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)、酸味料					

8 月 13 日（木）					
献立名		アレルゲン			
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			
白花生					
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
使用添加物					
加工デンプン、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(加工デンプン、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					

8 月 14 日（金）					
献立名		アレルゲン			
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
使用添加物					
増粘剤(加工デンプン)、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、加工デンプン、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					

8 月 17 日（月）					
献立名		アレルゲン			
サバの味噌煮		小麦			
ビーフソテー		小麦			
ポテトサラダ		卵・乳・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	
367	kcal	20.1	g	17.2	g
使用添加物					
調味料(アミノ酸等)、酒精、酢酸Na、着色料(ターメリック、コチニール、カラメル、野菜)、グリシン、香料、香辛料、くん液、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、発色剤(亜硝酸Na)、酸化防止剤(V.C)、糊料(キタンサンガム)、酸味料					

8 月 18 日（火）					
献立名		アレルゲン			
BBQチキン		小麦			
白身魚フライ		小麦			
3種の豆サラダ					
大根とピーマンの中華煮		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	
459	kcal	27.2	g	27.1	g
使用添加物					
酢酸Na、グリシン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン、グアーガム、キサンタンガム)、加工デンプン、乳化剤、くん液、pH調整剤、酒精、香料、消泡剤、酸味料、リン酸Ca、環状オリゴ糖、焼成Ca、酵素					

8 月 19 日（水）					
献立名		アレルゲン			
カレイの煮付け		小麦			
なすとベーコンのラタトゥイユ		卵・乳・小麦			
ポテトサラダ		卵・乳・小麦			
オクラの和風煮		小麦			
金時豆					
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
282	kcal	13.0	g	16.0	g
使用添加物					
酢酸Na、グリシン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類、キサンタンガム)、加工デンプン、くん液、カゼインNa、リン酸塩(Na)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C、フェルラ酸)、酒精、増粘多糖類、着色料(クチナシ、ターメリック、コチニール、カラメル)、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、酸味料、リン酸Ca、環状オリゴ糖、焼成Ca、酵素					

8 月 20 日（木）					
献立名		アレルゲン			
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
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)、加工デンプン、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、焼成Ca					

8 月 21 日（ 金 ）					
献立名			アレルゲン		
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		
金平りんこん			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	36.4	2.7
使用添加物					
加工デンプン、増粘剤（加工デンプン、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					