お献立表

マークの見方

新 ⇒ 新メニュー

骨にご注意ください

郷土料理

今週の新公ニューリ

★鶏肉の味噌炒め(お弁当)★三角野菜揚げ煮(彩食八菜・ミニおかず) ★じゃが芋とあさりのこうじ味噌煮(おかず)

★鶏肉のねぎ塩焼(彩食八菜・ミニおかず)

★赤ピーマンのマリネ(お弁当) ★鶏肉の生姜焼(おかず)

★タラカツ(お弁当) ★豆腐と野沢菜のサラダ(おかず)

お問い合わせ

約50秒

弁当コースは佐賀県の「うまっ、ヘルシー」 提供店に登録されました。 但し、対象商品は「弁当コース」だけです。

(平日:9:00~18:00)

0120-443-304











500W	約50秒
700W	約40秒

お届け翌日の朝食メニューです。 袋入りみそ汁は、お湯に溶いて

朝食 ※単品ではご注文できません。

			5/5	(月)		5/6	(火)		5/7	(水)		5/8	(木)		5/9	(金)
		新鶏肉	の味噌畑	少め	チン	ジャオロ・	ースと茹玉子	骨サバ	で照焼		豚肉	の焼肉炉	少め	新タラ	カツ ソー	-ス付
		コーン	で飯		白飯	(梅干人)		白飯			白飯			青菜、	ご飯	
		ほうれ	ん草とツナ	のクリームペンネ	お魚	厚揚げ煮		大根	のうま煮		枝豆.	入生姜白揚	が煮	鶏じゃ	か	
4	तं	高野	豆腐のだし	カレー煮	南瓜	のミートソー	-ス煮	新 赤ピ・	ーマンのマリ	リネ	ひじき	きとごぼうの	金平	春雨と	∠野菜のマ	ヨサラダ
4	弁	よもき	大福		うぐぃ	す豆		そらま	豆と小海老の	の黒胡椒炒め	人参	の黒酢漬		えのき	豆腐	
2	当	熱量	461 Kcal	<u>アレルゲン</u>	熱量	519 Kcal	<u>アレルゲン</u>	熱量	474 Kcal		熱量	498 Kcal	<u>アレルゲン</u>	熱量	538 Kcal	<u>アレルゲン</u>
	_	蛋白質	19.8 g		蛋白質	21.5 g	小麦・乳成分・卵・	蛋白質	13.8 g	小麦・乳成分・えび・	蛋白質	15.0 g	小麦・ごま・さば・大	蛋白質	14.9 g	小麦・卵・ごま・さ
		脂質	9.3 g	肉·ごま·さば·大 豆·鶏肉·豚肉·ゼラ	脂質	14.9 g	牛肉・ごま・大豆・鶏 肉・豚肉・ゼラチン	脂質	1 3. l g	牛肉・ごま・さば・大 豆・鶏肉・豚肉・りん	脂質	16.6 g	豆・豚肉・りんご	脂質	18.7 g	ば·大豆·鶏肉·も も·りんご
		炭水化物	74.8 g	チン	炭水化物	77.5 g		炭水化物	74.0 g		炭水化物	72.2 g		炭水化物	77.3 g	
		食塩相当量	2.8 g		食塩相当量	3.0 g		食塩相当量	1 .8 g		食塩相当量	2.2 g		食塩相当量	2.5 g	
									_, _			11 24 1				

お か ず

赤魚の西京焼

カリ おな 枝 上#

つま子と野菜の甘辛煮
リフラワーのベーコン炒め
からとひじきの煮物
豆とコーンのサラダ
もぎ大福

~ O .		
熱量	355 Kcal	<u>アレルゲン</u>
蛋白質	20.0 g	小麦・乳成分・卵・オ レンジ・牛肉・ごま・
脂質	17.0 g	さば・大豆・鶏肉・豚
炭水化物	32.6 g	肉・りんご
食塩相当量	2.6 g	

鶏天 天つゆ

第 じゃが芋とあさりのこうじ味噌煮 春雨と高菜の炒め物 なすのごま和え 切干大根と胡瓜の酢の物

うぐい	ハす豆	
熱量	415 Kcal	<u>アレルゲン</u>
蛋白質	1 7.7 g	小麦・かに・牛肉・ご
指質	22.7 g	ま・大豆・鶏肉・豚 肉・魚醤(魚介類)
炭水化物	40.2 g	
食塩相当量	3.5 g	

ビーフシチュー

栗かぼちゃコロッケ ボンゴレビアンコ(あさり入) 小松菜と油揚げの菜焼き ごぼうと人参の黒ごまサラダ 高野豆腐とひじきの煮物

熱量	358 Kcal	<u>アレルゲン</u>
蛋白質	 4. g	小麦·乳成分·卵·
脂質	17.6 g	かに・牛肉・ごま・大 豆・鶏肉・バナナ・豚
炭水化物	39.2 g	肉・りんご・ゼラチン
食塩相当量	3.3 g	

新 鶏肉の生姜焼

ゴーヤチャンプルー 蓮根とちくわの甘辛煮 大根の黒ごま煮 ブロッコリーの和風ツナマヨ わかめの梅風味

熱量	392 Kcal	アレルゲン	熱
蛋白質	21.2 g	小麦・卵・オレンジ・	歪
脂質	23.2 g	ごま・大豆・鶏肉・豚 肉・りんご	脂
炭水化物	27.4 g		炭
食塩相当量	3.2 g		食

豚肉と玉葱のオイスター煮と茹玉子 お魚バーグ煮 チーズ南瓜

新 豆腐と野沢菜のサラダ 切干大根と大豆の煮物 ピーマンの味噌炒め

	熱量	339 Kcal	<u>アレルゲン</u>
_	蛋白質	22.0 g	小麦・乳成分・卵・い
X	脂質	15.0 g	か・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りん
	炭水化物	29.7 g	ご・ゼラチン
	食塩相当量	3.9 g	

		5/5	(月)		5/6	(火)		5/7	(水)		5/8	(木)		5/9	(金)
	豚肉と白菜のオイマヨ炒め 新 彩			新 鶏肉	新 鶏肉のねぎ塩焼			角煮と芽	市玉子	牛肉のピリ辛味噌炒め			赤魚の照焼		
	新 三角野菜揚げ煮 じゃが芋の加工黒糖煮			いわしバーグ			ホタテ風味コロッケ			ジャージャン麺風					
	さつま	ま芋と野菜の	の甘辛煮	ごぼう	うとちくわの	チーズ金平	カリフ	ラワーの^	ベーコン炒め	ゴー・	ヤチャンプル	レー	揚げし	ごゃがの醤	油バター煮
	高野.	豆腐のだし	カレー煮	ひじき	と厚揚げの	D煮物	春雨	ヒツナのマ	ヨサラダ	シューマイ			人参のしりしり		
彩	豆豆.	マリネ		おから	らと胡瓜の	マヨサラダ	レッド	キャベツの	甘酢和え	さつま芋とリンゴのマヨサラダ			大豆とごぼうのゴママヨサラダ		
食	里芋	のトマトクリ	ーム煮	なすの	のごま和え		そら豆	と小海老の	の黒胡椒炒め	なすの	のトマト煮		えのき豆腐		
八	春雨	の中華炒め	•	南瓜の	のミートソー	・ス煮	小松多	菜と油揚げ	の菜焼き	洋風	卯の花		コーノ	レスロー	
菜	よもき	ぎ大福		うぐい	す豆		シュカ	ブーポテト		人参	の黒酢漬		ピーマンの味噌炒め		
	熱量	437 Kcal	<u>アレルゲン</u>	熱量	497 Kcal		熱量	460 Kcal		熱量	466 Kcal	<u>アレルゲン</u>	熱量	439 Kcal	<u>アレルゲン</u>
	蛋白質	20.8 g	小麦・乳成分・卵・ 牛肉・ごま・さば・大	蛋白質	22.0 g	小麦・乳成分・卵・え び・牛肉・ごま・さ	蛋白質	24.9 g	小麦・乳成分・卵・え び・牛肉・ごま・さ	蛋白質	17.8 g	小麦・乳成分・卵・え び・かに・牛肉・ご	蛋白質	22.5 g	小麦・乳成分・卵・ 牛肉・ごま・さば・大
	脂質	23.4 g	一日・鶏肉・豚肉・りん	脂質	29.3 g	ば・大豆・鶏肉・豚	脂質	21.8 g	ば・大豆・鶏肉・豚	脂質	23.6 g	ま・大豆・鶏肉・豚	脂質	26.7 g	豆・鶏肉・豚肉・りん
	炭水化物	38.6 g	ご・ゼラチン	炭水化物	46. I g	肉・りんご・ゼラチン	炭水化物	42.0 g	肉・りんご・ゼラチン	炭水化物	47.7 g	肉・りんご・ゼラチン	炭水化物	41.4 g	ご・ゼラチン
	食塩相当量	3.6 g		食塩相当量	3.6 g		食塩相当量	4.0 g		食塩相当量	3.3 g		食塩相当量	3.2 g	
	豚肉と白菜のオイマヨ炒め		新 鶏肉のねぎ塩焼			豚の角煮と茹玉子		牛肉のピリ辛味噌炒め			赤魚の照焼				
3	新 三角!	野菜揚げ煮	<u>.</u>	じゃが芋の加工黒糖煮			いわしバーグ			ホタテ風味コロッケ			鶏じゃが		
_	里芋鱼	のトマトクリ	ーム煮	ひじき	と厚揚げの	ずの煮物 春雨とツナのマヨサラダ			小松菜と油揚げの菜焼き			大豆とごぼうのゴママヨサラダ			
	よもき	ぎ大福		うぐい	す豆		そら豆と小海老の黒胡椒炒め			人参の黒酢漬			えのき豆腐		
お	熱量	235 Kcal	<u>アレルゲン</u>	熱量	270 Kcal	<u>アレルゲン</u>	熱量	269 Kcal	アレルゲン	熱量	264 Kcal	アレルゲン	熱量	240 Kcal	<u>アレルゲン</u>
か	蛋白質	12.7 g	小麦・乳成分・卵・	蛋白質	13.0 g	小麦・乳成分・えび・	蛋白質	1 7.6 g	小麦・乳成分・卵・え	蛋白質	II.6 g	小麦・牛肉・ごま・大	蛋白質	18.3 g	小麦・卵・ごま・さ
ず	脂質	1 3.3 g	牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラ	脂質	13.6 g	ごま・さば・大豆・鶏 肉・豚肉・ゼラチン	脂質	12.5 g	び・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りん	脂質	13.0 g	豆	脂質	II .0 g	ば·大豆・鶏肉・りん ご
9	炭水化物	1 8.0 g	チン	炭水化物	27.5 g		炭水化物	22.0 g	ご・ゼラチン	炭水化物	26.2 g		炭水化物	20.9 g	
	食塩相当量	2.0 g		食塩相当量	I.8 g		食塩相当量	2.8 g		食塩相当量	I .9 g		食塩相当量	I.8 g	
	白身:	魚と豆腐の	しんじょ煮	骨焼鮭			ごぼう	5天煮		カレー	/磯辺揚げ		骨サバの	の塩焼	
	チング	ゲン菜、玉子	- 焼		煮炒め、玉-	子焼	炊合-	せ、玉子焼		白ス	パ、玉子焼			ごぼう、玉き	子 焼
	お味噌汁(わかめ)		お味	曾汁(合わ・	せ)	お味噌汁(あさり)		J)	お味噌汁(わかめ)			お味噌汁(合わせ)			
	里芋のトマトクリーム煮			(芋の加工)		そら豆	と小海老の	の黒胡椒炒め		菜と油揚げ		切干:	大根と大豆	の煮物	
朝	朝 豆豆マリネ			らと胡瓜の			キャベツの				ゴのマヨサラダ				
食	熱量	193 Kcal	アレルゲン	熱量	232 Kcal	アレルゲン	熱量	183 Kcal	アレルゲン	熱量	256 Kcal	アレルゲン	熱量	190 Kcal	アレルゲン
	蛋白質	9.0 g	小麦·乳成分·卵·	蛋白質	II .0 g	小麦・卵・ごま・さけ・	蛋白質	1 0.7 g	小麦・乳成分・卵・え	蛋白質	12.4 g		蛋白質	1 0.0 g	小麦・卵・ごま・さ
	脂質	9.6 g	大豆・豚肉・やまい も・りんご	脂質	13.9 g	大豆・豚肉・りんご	脂質	6.6 g	び·牛肉·ごま·さ ば·大豆·鶏肉·豚	脂質	II.5 g	2"	脂質	II .6 g	ば・大豆
	炭水化物	18.5 g	_ ,	炭水化物	1 7.0 g		炭水化物	22.3 g	肉・ゼラチン	炭水化物	26.0 g		炭水化物	II .5 g	
	食塩相当量	3.0 g		食塩相当量	3.2 g		食塩相当量	2.8 g		食塩相当量	2.7 g		食塩相当量	2.9 g	

- ●消費期限:「お弁当・おかず・彩食八菜・ミニおかず」はお届け<u>当日24時</u> 「朝食」はお届け翌日<u>13時</u> 届きましたら必ず冷蔵庫で保管してください。
- ●「お弁当・おかず・彩食八菜」のお弁当箱は、お手数ですが、水洗いをお願い致します。 「ミニおかず・朝食」は返却不要の容器です。

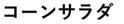
- ・寿司・小袋・カップは取り出し、フタをした容器のまま電子レンジで温めてください。
- ・過度な加熱は風味が損なわれる、硬くなる、食材破裂等の原因になりますのでご注意ください。
- ・商品調達の都合上、急遽メニューを変更させていただくことがございます。栄養成分値は予定です。
- ・食事療法をされている方は、事前に医療機関にご相談ください。

日替わりサラダメニュー							
納品[3	5月					
5/5	月	ミックスサラダ					
5/6	火	マカロニサラダ					
5/7	水	シャキシャキ水菜サラダ					
5/8	木	ポテトサラダ					
5/9	金	グリーンサラダ					
5/10	土						
5/11	日						
5/12	月	コーンサラダ					
5/13	火	スパゲティサラダ					
5/14	水	大根・海藻サラダ					
5/15	木	マカロニサラダ					
5/16	金	ミックスサラダ					
5/17	土						
5/18	日						
5/19	月	シャキシャキ水菜サラダ					
5/20	火	ポテトサラダ					
5/21	水	グリーンサラダ					
5/22	木	スパゲティサラダ					
5/23	金	コーンサラダ					
5/24	土						
5/25	日						
5/26	月	大根・海藻サラダ					
5/27		マカロニサラダ					
5/28	水	ミックスサラダ					
5/29	木	ポテトサラダ					
5/30	金	シャキシャキ水菜サラダ					
5/31	土						
6/1	日						

日替わりサラダ 全8種類

●フレッシュサラダ(5種類)







大根・海藻サラダ



ミックスサラダ



シャキシャキ水菜サラダ



グリーンサラダ

●マヨ系サラダ(3種類)





スパゲティサラダ



マカロニサラダ