

2/22 (月) ~

2/26 (金) の献立表



◎はメインメニューです

日付	2月22日					2月23日					2月24日					2月25日					2月26日				
曜日	月曜日					火曜日					水曜日					木曜日					金曜日				
タ 食 コ ー ス	献立名		アレルギー			献立名		アレルギー			献立名		アレルギー			献立名		アレルギー			献立名		アレルギー		
	お か ず 盛 り (5 品)	◎ かぼちゃコロッケ		卵、小麦			◎ ほきの天ぷら野菜あんかけ		乳、小麦			◎ 豚肉とれんごんの炒め物		小麦			◎ 赤魚の煮付け		小麦、乳			◎ 牛肉のケチャップ炒め		小麦	
● あさりと小松菜のバターソテー		乳			● 煮しめ		乳、小麦			● なすの和風あん		小麦、乳			● 青梗菜と挽肉の炒め物					● ベーコンとほうれん草のソテー		乳、卵			
● 魚肉ソーセージの炒め物		小麦、えび、かに			● 花型豆腐の煮物		乳、卵、小麦			● もやしと人参のおかか和え		小麦			● ポテトのコーンポタージュ風味		乳、小麦			● ぜんまいの煮物		乳、卵			
● 切干大根の煮物		小麦、乳、卵			● ウィンナーと里芋のジャーマン風炒め		小麦			● キャベツの煮浸し		小麦、乳			● きんぴらこんにやく		小麦			● 卵の花炒り煮		卵、小麦			
● カリフラワーサラダ		卵、乳、小麦			● かぼちゃとほうれん草の焼売		小麦			● マカロニサラダ		卵、小麦、乳			● キャベツのサラダ		卵、乳、小麦			● わかめとかにかまのわさび風味和え		乳、小麦			
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
332 kcal	15.3 g	16.4 g	33.5 g	2.1 g	397 kcal	25.2 g	15.5 g	37.7 g	2.9 g	352 kcal	15.4 g	25.4 g	16.3 g	1.9 g	347 kcal	19.3 g	17 g	26.7 g	2.4 g	339 kcal	23.2 g	18.9 g	19.3 g	2.6 g	
お か ず 盛 り (6 品)	◎ 白身魚のみりん焼き		小麦、乳			◎ マーボー豆腐		小麦			◎ かねいのみ二エル		小麦、乳			◎ 酢鶏		小麦			◎ 鯖の味噌煮		乳		
	● あさりと小松菜のバターソテー		乳			● 煮しめ		乳、小麦			● なすの和風あん		小麦、乳			● 青梗菜と挽肉の炒め物					● ベーコンとほうれん草のソテー		乳、卵		
	● 魚肉ソーセージの炒め物		小麦、えび、かに			● 花型豆腐の煮物		乳、卵、小麦			● もやしと人参のおかか和え		小麦			● ポテトのコーンポタージュ風味		乳、小麦			● ぜんまいの煮物		乳、卵		
	● 玉ねぎとパプリカのコンソメ煮					● キャベツの胡麻和え		小麦、乳			● ほうれん草とエリンギの炒め物		小麦			● ブロッコリーと玉ねぎのドレッシング和え		小麦			● 白菜の煮浸し		乳、小麦		
	● カリフラワーサラダ		卵、乳、小麦			● きゃらぶき		小麦			● マカロニサラダ		卵、小麦、乳			● キャベツのサラダ		卵、乳、小麦			● 昆布佃煮		小麦		
● 金時豆煮		小麦			● かぼちゃとほうれん草の焼売		小麦			● 高菜漬け		小麦			● しば漬け		小麦			● わかめとかにかまのわさび風味和え		乳、小麦			
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
419 kcal	23.8 g	23.8 g	27.8 g	3.3 g	418 kcal	20.5 g	21.9 g	37.6 g	3 g	426 kcal	22.3 g	27.3 g	22.5 g	3.1 g	435 kcal	24.2 g	23.3 g	32.8 g	3.5 g	420 kcal	26.1 g	26.3 g	23.9 g	3.5 g	
お か ず 盛 り (8 品)	◎ 白身魚のみりん焼き		小麦、乳			◎ マーボー豆腐		小麦			◎ かねいのみ二エル		小麦、乳			◎ 酢鶏		小麦			◎ 鯖の味噌煮		乳		
	◎ かぼちゃコロッケ		卵、小麦			◎ ほきの天ぷら野菜あんかけ		乳、小麦			◎ 豚肉とれんごんの炒め物		小麦			◎ 赤魚の煮付け		小麦、乳			◎ 牛肉のケチャップ炒め		小麦		
	● あさりと小松菜のバターソテー		乳			● 煮しめ		乳、小麦			● なすの和風あん		小麦、乳			● 青梗菜と挽肉の炒め物					● ベーコンとほうれん草のソテー		乳、卵		
	● 魚肉ソーセージの炒め物		小麦、えび、かに			● 花型豆腐の煮物		乳、卵、小麦			● もやしと人参のおかか和え		小麦			● ポテトのコーンポタージュ風味		乳、小麦			● ぜんまいの煮物		乳、卵		
	● 玉ねぎとパプリカのコンソメ煮					● キャベツの胡麻和え		小麦、乳			● ほうれん草とエリンギの炒め物		小麦			● ブロッコリーと玉ねぎのドレッシング和え		小麦			● 白菜の煮浸し		乳、小麦		
● 切干大根の煮物		小麦、乳、卵			● ウィンナーと里芋のジャーマン風炒め		小麦			● キャベツの煮浸し		小麦、乳			● きんぴらこんにやく		小麦			● 卵の花炒り煮		卵、小麦			
● カリフラワーサラダ		卵、乳、小麦			● かぼちゃとほうれん草の焼売		小麦			● マカロニサラダ		卵、小麦、乳			● キャベツのサラダ		卵、乳、小麦			● わかめとかにかまのわさび風味和え		乳、小麦			
● 金時豆煮		小麦			● きゃらぶき		小麦			● 高菜漬け		小麦			● しば漬け		小麦			● 昆布佃煮		小麦			
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
495 kcal	22.8 g	25.1 g	44.2 g	3 g	512 kcal	28.3 g	25.7 g	41.6 g	3.8 g	512 kcal	25.7 g	34.5 g	22.1 g	3.3 g	514 kcal	29 g	26.7 g	39.1 g	4 g	502 kcal	36.7 g	27.1 g	31.9 g	4 g	
昼 食 コ ー ス	◎ 牛肉のビビンバ風炒め		小麦			◎ ほきの香草焼き		乳、小麦			◎ 鶏ちゃん焼き風		小麦、乳			◎ さんまの竜田揚げ		小麦、乳			◎ おでん風煮		小麦、乳、卵		
	● 春巻き		小麦、乳			● 野菜の玉子炒め		卵			● ブロッコリーとえびの炒め物		小麦、えび			● 鶏と野菜の玉子とじ		小麦、乳、卵			● 里芋のそぼろ煮		小麦、乳		
	● マーボー豆腐		小麦			● 焼きぎょうざ		小麦、乳、卵			● 青菜と油揚げの煮物		小麦			● きのことキャベツのバターソテー		乳			● ほうれん草と焼豚の炒め物		小麦、乳、卵		
	● 春雨サラダ		卵、乳、小麦			● さつまいもの甘煮					● もやしときゅうりの中華和え		小麦			● ポテトサラダ		小麦、乳、卵			● いんげんピーナッツ和え		小麦、落花生		
	● 黒豆煮					● ザーサイ漬け		小麦			● 高菜漬け		小麦			● ゆず大根		小麦			● 金時豆煮		小麦		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
437 kcal	17.6 g	25.3 g	32.7 g	2.9 g	402 kcal	21.1 g	19.6 g	35.4 g	4 g	425 kcal	27.5 g	27.8 g	15.8 g	2.6 g	432 kcal	19.9 g	29.9 g	18.5 g	1.5 g	363 kcal	23.4 g	15.7 g	32.1 g	3 g	

① 昼食おかず(5品)は、福井市・鯖江市・敦賀市・小浜市の一部の地域にお届けしております。※順次エリア拡大中です。

② J Aでお申込みの方は、おかず盛り(8品)と昼食おかず(5品)のご注文は承っておりません。何卒、ご了承くださいませ。

お願い

- ★商品受け取り後は、冷蔵庫で保管し、当日の午後10時までにお召し上がりください。
- ★弁当箱のフタを取って、ラップはせずに電子レンジに入れて、500Wで1分30秒を目安に温めて下さい。
- ★カップに入っているおかずは冷たいまま召し上がって頂くものです。取り出してから温めて下さい。
- ★容器は再利用しますので、簡単に水洗いし、次回配達時にご返却下さい。
- ★原材料の仕入れ状況により、献立内容が変更となる場合もありますので、ご了承ください。
- ★アレルギー物質は、特定原材料【卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生(ピーナッツ)】について表示しています。



《わたしのひと声カード》

お名前 _____ 様 回答必要・回答不要

●ご意見・ご要望など、記入して配送担当者にお渡しください。