昼食弁当（おかず）　是非一度、お試しください！

１日だけでもご利用いただけます！

昼食弁当（おかず）

	12月1日(火)	12月2日(水)	12月3日(木)	12月4日(金)	12月5日(土)	
昼食弁当	若鶏のトマト煮 レンコンと鶏肉の梅仕立て 切り干し大根の煮物 豆ひじき さくら漬け	サバの味噌煮 ハンバーグのシャリアピンソース ポテトサラダ 豆ひじき たくあん	カレイの煮付け なすとベーコンのラタトゥイユ なます オクラの和風煮 金時豆	BBQチキン 白身魚フライ ポテトサラダ 大根とピーマンの中華煮 昆布豆	豚肉の生姜焼き 揚げ餃子 ポテトサラダ 切り干し大根の煮物 梅ザーサイ	
	アレルゲン：乳、小麦	アレルゲン：卵、乳、小麦	アレルゲン：卵、乳、小麦	アレルゲン：卵、乳、小麦	アレルゲン：卵、乳、小麦	
	エネルギー：281 kcal 塩分：2.6 g 蛋白質16.4g/脂質13.7g/炭水化物23.5g	エネルギー：374 kcal 塩分：3.6 g 蛋白質23.7g/脂質17.4g/炭水化物30.0g	エネルギー：270 kcal 塩分：1.6 g 蛋白質12.5g/脂質12.0g/炭水化物26.3g	エネルギー：449 kcal 塩分：2.5 g 蛋白質25.2g/脂質26.8g/炭水化物23.5g	エネルギー：365 kcal 塩分：2.6 g 蛋白質13.2g/脂質22.5g/炭水化物25.4g	週平均 348 kcal 2.6 g

【お願い】温める際は、電子レンジで（500W）1分～1分30秒を目安に温めてください。
・原材料の仕入れ状況により、メニュー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、翌日の14時までにお召し上がりください。
・アレルギー物資の義務表示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。
・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を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。
・魚は骨取りをしておりますが、まれに骨が残っている場合がございますので、注意して召し上がって下さい。

注文の変更や休止、お問い合わせ等は、
【コープみえ　コープの夕食宅配】　　**月～金　午前10時～午後5時30分まで**
０１２０－５０２－３１５　【注文変更は前週水曜日締切です】
午後5時30分～6時30分までは、コールセンターへ　０１２０－５１４－４６０

※お届け翌日の昼食用です。
※夕食宅配弁当（お弁当、おかず、にぎわい御膳）と一緒にお届けします。