

コープの夕食宅配 2025年6月 メニュー情報

0120-279-949 受付時間 10:00から18:00 日曜日はお休みです。

6月第1週	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日
松デラックス	主菜 豚の角煮	羽幌産真だらの香草フライ	えびと卵のチリソース煮	さばのもろみ漬け焼き	まるやか黒酢豚	銀鮭のムニエル
	栄養表示 熱量391Kcal、蛋白質14.8g、 脂質27.2g、炭水化物23.1g	熱量502Kcal、蛋白質29.8g、 脂質27.2g、炭水化物36.9g	熱量286Kcal、蛋白質19.2g、 脂質12.4g、炭水化物30.3g	熱量459Kcal、蛋白質22.6g、 脂質28.6g、炭水化物27.1g	熱量285Kcal、蛋白質11.7g、 脂質13.8g、炭水化物32.5g	熱量452Kcal、蛋白質22.3g、 脂質31.5g、炭水化物24.1g
	食塩相当量 4.2g〔推定値〕	2.9g〔推定値〕	2.9g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	2.1g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕
	アレルギー 豚肉、大豆、小麦、卵、鶏肉、ごま、 落花生、ゼラチン	鶏肉、小麦、大豆、牛肉、豚肉、卵、 オレンジ、乳	小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉、ごま、 えび、もも、ゼラチン、落花生、りんご	さば、大豆、小麦、卵、乳、鶏肉、さけ、 ごま、えび	小麦、卵、大豆、豚肉、乳、ごま、鶏肉、 ゼラチン	さけ、小麦、卵、大豆、豚肉、乳、鶏肉

竹ハフンス	主菜A	鶏肉のごまだれ焼き	砂かれの煮付け	大豆ミートの肉団子	日高産こまいのから揚げ	チキン南蛮タルタルソース	そいの照り漬け焼き
	栄養表示	熱量279Kcal、蛋白質16.2g、 脂質15.0g、炭水化物22.9g	熱量266Kcal、蛋白質17.0g、 脂質10.0g、炭水化物27.4g	熱量281Kcal、蛋白質9.8g、 脂質14.8g、炭水化物29.0g	熱量301Kcal、蛋白質15.5g、 脂質18.6g、炭水化物19.8g	熱量289Kcal、蛋白質15.1g、 脂質17.5g、炭水化物20.0g	熱量258Kcal、蛋白質18.8g、 脂質12.4g、炭水化物14.7g
	食塩相当量	1.7g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕	2.3g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕
	アレルギー	鶏肉、大豆、小麦、豚肉、ごま	小麦、さば、大豆、落花生、ごま、卵、 りんご、鶏肉、豚肉、ゼラチン	小麦、大豆、りんご、ごま、えび、 かに、卵	大豆、小麦、卵、乳、豚肉、ごま、鶏肉	鶏肉、小麦、大豆、卵、乳、豚肉、えび、 かに、ごま	大豆、小麦、卵、鶏肉、りんご、豚肉、 さば、乳、ごま
	主菜B	赤魚の西京焼き	豚肉の甘酢炒め	ほきのもろみ漬け焼き	牛肉の甘みそ炒め	キハダまぐろのカツレツ	マーボー豆腐
	栄養表示	熱量254Kcal、蛋白質17.6g、 脂質9.2g、炭水化物27.1g	熱量295Kcal、蛋白質16.1g、 脂質16.3g、炭水化物26.4g	熱量287Kcal、蛋白質16.6g、 脂質14.1g、炭水化物23.5g	熱量286Kcal、蛋白質13.2g、 脂質17.1g、炭水化物21.6g	熱量252Kcal、蛋白質13.9g、 脂質11.6g、炭水化物24.4g	熱量266Kcal、蛋白質13.8g、 脂質16.5g、炭水化物15.6g
	食塩相当量	2.3g〔推定値〕	1.7g〔推定値〕	1.8g〔推定値〕	1.9g〔推定値〕	1.8g〔推定値〕	2.4g〔推定値〕
	アレルギー	大豆、さば、小麦、鶏肉、豚肉、ごま	豚肉、大豆、小麦、落花生、ごま、卵、 りんご、鶏肉、ゼラチン	大豆、小麦、えび、かに、卵	牛肉、大豆、小麦、卵、乳、豚肉、ごま、 鶏肉	小麦、卵、大豆、乳、豚肉、鶏肉、えび、 かに、ごま	大豆、小麦、卵、鶏肉、りんご、豚肉、乳、 落花生、ごま

梅ライト	主菜A	豚肉の生姜炒め	オムレツ	チキンソテー	ふんわり卵とブロッコリーの炒め物	豚肉のにんにく炒め	麩と野菜の炒め物
	栄養表示	熱量269Kcal、蛋白質14.9g、 脂質12.5g、炭水化物26.6g	熱量229Kcal、蛋白質9.7g、 脂質10.4g、炭水化物28.2g	熱量220Kcal、蛋白質13.6g、 脂質12.9g、炭水化物12.6g	熱量228Kcal、蛋白質9.7g、 脂質13.0g、炭水化物21.2g	熱量255Kcal、蛋白質16.9g、 脂質14.1g、炭水化物16.8g	熱量171Kcal、蛋白質8.0g、 脂質9.8g、炭水化物16.3g
	食塩相当量	2.0g〔推定値〕	2.4g〔推定値〕	1.5g〔推定値〕	1.8g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	1.9g〔推定値〕
	アレルギー	豚肉、小麦、卵、乳、鶏肉、大豆、ごま	小麦、卵、乳、大豆、落花生、ごま、 鶏肉、りんご、豚肉、ゼラチン	鶏肉、えび、小麦、卵、乳、大豆、豚肉、 ゼラチン、かに	小麦、卵、大豆、乳、豚肉、ごま、鶏肉	小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、 ごま、えび、かに	大豆、小麦、卵、えび、いか、乳、鶏肉、 ごま、豚肉、ゼラチン
	主菜B	厚揚げと大根の含め煮	鶏ささみフライ	高野豆腐ときのこの炒め物	揚げ餃子	豆腐と野菜の卵あんかけ	照焼きチキン
	栄養表示	熱量185Kcal、蛋白質6.9g、 脂質7.0g、炭水化物27.7g	熱量260Kcal、蛋白質11.1g、 脂質12.1g、炭水化物30.2g	熱量170Kcal、蛋白質8.6g、 脂質8.2g、炭水化物18.0g	熱量221Kcal、蛋白質6.5g、 脂質11.1g、炭水化物26.3g	熱量197Kcal、蛋白質11.3g、 脂質7.9g、炭水化物23.5g	熱量181Kcal、蛋白質12.8g、 脂質11.2g、炭水化物9.9g
	食塩相当量	2.1g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	1.6g〔推定値〕	1.4g〔推定値〕	2.4g〔推定値〕	1.9g〔推定値〕
	アレルギー	大豆、小麦、卵、乳、鶏肉、豚肉、ごま	小麦、大豆、鶏肉、落花生、ごま、卵、 りんご、豚肉、ゼラチン	えび、小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉、 ゼラチン、かに	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、ごま、卵	小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、 ごま、えび、かに	鶏肉、小麦、大豆、卵、乳、ごま

週替わりメニュー		6月第1週(6月2日～6月6日)	デザート	お届け日	6月4日
	メニュー名	あんかけ焼きそば		メニュー名	杏仁豆腐
	栄養表示	熱量510Kcal、蛋白質14.3g、 脂質22.5g、炭水化物59.8g		栄養表示	〈1個あたり〉熱量142Kcal、蛋白質4.0g、 脂質6.6g、炭水化物17.2g
	食塩相当量	2.6g〔推定値〕		食塩相当量	0.1g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、大豆、豚肉、えび、いか、卵、ごま、鶏肉、 ゼラチン		アレルギー	乳成分
サイドメニュー	お届け日	6月2日～7日	土曜ミニメニュー	お届け日	6月7日
	メニュー名	いももち		メニュー名	かにめし
	栄養表示	熱量197Kcal、蛋白質1.5g、 脂質8.1g、炭水化物30.0g		栄養表示	熱量554Kcal、蛋白質21.1g、 脂質3.4g、炭水化物102.7g
	食塩相当量	1.2g〔推定値〕		食塩相当量	2.1g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、大豆		アレルギー	かに、小麦、卵、大豆、鶏肉、りんご
日曜生炊メニュー	お届け日	6月6日		お届け日	6月6日
	主菜A	国産天然プリフライ		主菜A	国産天然プリフライ
	栄養表示	熱量227kcal、蛋白質11.2g、 脂質10.7g、炭水化物21.3g		栄養表示	熱量227kcal、蛋白質11.2g、 脂質10.7g、炭水化物21.3g
	食塩相当量	1.5g〔推定値〕		食塩相当量	1.5g〔推定値〕
	アレルギー	卵、乳成分、小麦、大豆、鶏肉、豚肉		アレルギー	卵、乳成分、小麦、大豆、鶏肉、豚肉
	主菜B	ポークチャップ		主菜B	ポークチャップ
	栄養表示	熱量271kcal、蛋白質17.8g、 脂質12.8g、炭水化物20.5g		栄養表示	熱量271kcal、蛋白質17.8g、 脂質12.8g、炭水化物20.5g
	食塩相当量	2.0g〔推定値〕		食塩相当量	2.0g〔推定値〕
	アレルギー	卵、乳成分、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご		アレルギー	卵、乳成分、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご

＜お召し上がり期限＞ ●つなぐ本紙にて消費期限の記載がない商品は、冷蔵庫で保管してお届けした当日の夜10時までにお召し上がりください。＜日曜弁当くつろぎのお召し上がり方＞ ●お届けした日から3日以内にお召し上がりください。（金曜お届け、消費期限は日曜日まで）●冷蔵庫で保管してください。●レンジで温める際は、容器のフィルムの端を少し開けてください。商品ラベルに記載の温め時間を目安にしてください。●お召し上がり後はご家庭で容器（使い捨てです）の自主廃棄をお願いいたします。＜松竹梅のお弁当のお召し上がり方＞ ●レンジで温めると、よりおいしくお召し上がりいただけます。メニューやお使いのレンジの機種により、温め時間が多少異なります。〈温め時間の目安〉500W 1分30秒、600W 1分10秒、800W 50秒 ＜お召し上がり後の容器のご返却について＞ ●容器のすすぎ洗いに協力ください。松と梅の容器は、軽く水洗いしご返却ください。竹の容器は中仕切り（使い捨てです）を自主廃棄の上、外容器をご返却ください。

コープの夕食宅配 2025年6月 メニュー情報

0120-279-949 受付時間 10:00 から18:00 日曜日はお休みです。

6月第2週	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日
松デラックス	主菜 いぶり鶏のガーリック炒め 栄養表示 熱量345Kcal、蛋白質18.5g、 脂質18.7g、炭水化物26.6g 食塩相当量 2.9g〔推定値〕 アレルギー 鶏肉、えび、いか、大豆、小麦、乳、ごま	主菜 チキンステーキ〜玉葱と赤ワインのソースかけ 栄養表示 熱量424Kcal、蛋白質26.7g、 脂質26.9g、炭水化物24.7g 食塩相当量 2.6g〔推定値〕 アレルギー 鶏肉、小麦、さけ、大豆、豚肉、ゼラチン、 卵、えび、かに、乳	主菜 天ぷら4種盛り合わせ（えび天入り） 栄養表示 熱量375Kcal、蛋白質12.7g、 脂質21.8g、炭水化物38.5g 食塩相当量 2.0g〔推定値〕 アレルギー 牛肉、小麦、大豆、卵、えび	主菜 青椒肉絲（豚肉とピーマンの細切り炒め） 栄養表示 熱量341Kcal、蛋白質20.5g、 脂質18.2g、炭水化物25.4g 食塩相当量 3.4g〔推定値〕 アレルギー 豚肉、えび、かに、小麦、卵、大豆、鶏肉、 ゼラチン、いか、ごま	主菜 ワカサギの洋風南蛮漬け 栄養表示 熱量463Kcal、蛋白質13.0g、 脂質29.8g、炭水化物27.2g 食塩相当量 1.7g〔推定値〕 アレルギー 小麦、卵、大豆、乳、いか、さけ、りんご、 牛肉、豚肉	主菜 豚肉の生姜焼き 栄養表示 熱量350Kcal、蛋白質22.9g、 脂質15.6g、炭水化物32.9g 食塩相当量 3.2g〔推定値〕 アレルギー 豚肉、大豆、えび、小麦

竹ハフランス	主菜A	豚キムチ炒め	羅臼産ますのちゃんちゃん焼き	鶏肉の塩麹焼き	小樽産ほっけフライ	豚肉のマスタード炒め	古平産真だららの竜田揚げ
	栄養表示	熱量308Kcal、蛋白質10.3g、 脂質21.5g、炭水化物18.0g	熱量278Kcal、蛋白質18.0g、 脂質14.1g、炭水化物24.2g	熱量276Kcal、蛋白質16.2g、 脂質19.6g、炭水化物10.9g	熱量260Kcal、蛋白質14.3g、 脂質13.8g、炭水化物20.4g	熱量300Kcal、蛋白質15.8g、 脂質15.4g、炭水化物26.1g	熱量252Kcal、蛋白質12.3g、 脂質8.9g、炭水化物31.2g
	食塩相当量	2.1g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕	1.8g〔推定値〕	1.8g〔推定値〕	1.8g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕
	アレルギー	大豆、豚肉、小麦、卵、乳、もも、 ゼラチン、さけ、鶏肉、りんご、ごま	さけ、小麦、卵、大豆、豚肉、乳	鶏肉、大豆、豚肉、小麦、いか、オレンジ、 卵、ごま、ゼラチン	小麦、大豆、卵、鶏肉、乳、豚肉、ごま	豚肉、小麦、卵、乳、牛肉、大豆、りんご、 ゼラチン、ごま	小麦、大豆、ゼラチン、ごま、乳
	主菜B	さわらのバター醤油焼き	炒り鶏	いわしの煮付け	豚肉となすの甘辛炒め	道産さんまの塩焼き	鶏肉のごまだれ焼き
	栄養表示	熱量267Kcal、蛋白質16.6g、 脂質12.9g、炭水化物22.9g	熱量264Kcal、蛋白質14.9g、 脂質16.2g、炭水化物19.8g	熱量288Kcal、蛋白質16.9g、 脂質17.5g、炭水化物17.3g	熱量300Kcal、蛋白質17.1g、 脂質17.6g、炭水化物19.2g	熱量256Kcal、蛋白質9.9g、 脂質14.4g、炭水化物22.7g	熱量282Kcal、蛋白質13.2g、 脂質12.4g、炭水化物30.5g
	食塩相当量	2.5g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕	2.3g〔推定値〕	2.4g〔推定値〕	1.7g〔推定値〕	2.2g〔推定値〕
	アレルギー	大豆、小麦、卵、乳、もも、ゼラチン	鶏肉、小麦、卵、大豆、豚肉	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、いか、オレンジ、 ごま、ゼラチン	豚肉、小麦、卵、大豆、鶏肉、乳、ごま、 落花生	小麦、卵、乳、牛肉、大豆、りんご、 ゼラチン、ごま	鶏肉、小麦、大豆、ゼラチン、ごま、乳

梅 ライト	主菜A	照焼きハンバーグ	チンゲン菜とえびの中華炒め	豚肉と白菜のコンソメ煮	あじのみりん漬け焼き	鶏肉の照焼き	白身魚フライ
	栄養表示	熱量250Kcal、蛋白質7.3g、 脂質11.1g、炭水化物29.2g	熱量206Kcal、蛋白質12.0g、 脂質11.3g、炭水化物18.1g	熱量175Kcal、蛋白質12.0g、 脂質8.1g、炭水化物16.1g	熱量297Kcal、蛋白質17.6g、 脂質14.4g、炭水化物23.3g	熱量260Kcal、蛋白質14.1g、 脂質13.3g、炭水化物22.1g	熱量211Kcal、蛋白質9.1g、 脂質9.4g、炭水化物27.9g
	食塩相当量	2.2g〔推定値〕	2.1g〔推定値〕	2.3g〔推定値〕	1.6g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、卵、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、 りんご、もも、ゼラチン	えび、かに、小麦、卵、大豆、鶏肉、 豚肉、ゼラチン、ごま	豚肉、大豆、小麦、いか、オレンジ、 ごま、鶏肉、ゼラチン	小麦、大豆、卵、乳、豚肉、鶏肉、ごま	鶏肉、小麦、卵、大豆、豚肉、りんご、 ごま	小麦、大豆、ゼラチン、ごま
	主菜B	さばの塩焼き	豚肉の野菜炒め	お麴の卵とじ	鶏肉の甘辛炒め	高野豆腐の卵炒め	豚肉のぼん酢かけ
	栄養表示	熱量289Kcal、蛋白質14.0g、 脂質13.4g、炭水化物18.9g	熱量285Kcal、蛋白質16.6g、 脂質18.4g、炭水化物15.7g	熱量119Kcal、蛋白質6.0g、 脂質2.4g、炭水化物22.1g	熱量318Kcal、蛋白質14.7g、 脂質19.8g、炭水化物21.9g	熱量210Kcal、蛋白質9.2g、 脂質10.9g、炭水化物21.5g	熱量234Kcal、蛋白質15.1g、 脂質10.8g、炭水化物19.4g
	食塩相当量	1.9g〔推定値〕	2.1g〔推定値〕	2.3g〔推定値〕	2.2g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	2.1g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、大豆、さば、卵、乳、もも、 ゼラチン	豚肉、えび、かに、小麦、卵、大豆、鶏肉、 ゼラチン、ごま	小麦、卵、乳、大豆、いか、オレンジ、 ごま、鶏肉、豚肉、ゼラチン	鶏肉、小麦、卵、乳、大豆、豚肉、ごま	小麦、卵、乳、大豆、もも、ゼラチン、 鶏肉、豚肉、えび、かに、りんご、ごま	豚肉、大豆、小麦、ゼラチン、ごま

週替わりメニュー		6月第2週(6月9日～6月13日)	日曜弁当	お届け日	6月13日 金	デザート	お届け日	6月11日 水	6月14日 土
	メニュー名	三色そぼろわっぱ飯		主菜A	鰯の西京味噌漬焼き		メニュー名	北海道黄金スイートポテト5個入	クリーム&コーヒゼリー
	栄養表示	熱量494Kcal、蛋白質13.5g、 脂質9.8g、炭水化物85.2g		栄養表示	熱量197kcal、蛋白質17.6g、 脂質7.6g、炭水化物15.1g		栄養表示	〈1個あたり〉熱量132Kcal、蛋白質1.2g、 脂質2.4g、炭水化物26.4g	熱量129Kcal、蛋白質0.4g、 脂質4.3g、炭水化物22.4g
	食塩相当量	1.7g (推定値)		食塩相当量	1.6g (推定値)		食塩相当量	0.12g (推定値)	0～0.11g (推定値)
	アレルギー	小麦、乳、大豆、鶏肉、卵		アレルギー	小麦、ごま、さば、大豆		アレルギー	卵、乳成分	乳成分、ゼラチン

麺類	お届け日	6月11日	土曜ファミリアム	お届け日	6月14日
	メニュー名	炭火居酒屋「炎」監修 ラーメンサラダ		メニュー名	父の日お祝い御膳
	栄養表示	熱量341kcal、蛋白質11.8g、 脂質11.0g、炭水化物48.7g		栄養表示	熱量654Kcal、蛋白質18.1g、 脂質24.8g、炭水化物91.1g
	食塩相当量	3.3g〔推定値〕		食塩相当量	2.2g〔推定値〕
	アレルギー	卵、小麦、ごま、大豆、りんご ※当工場では乳成分そばを含む製品を製造しています。		アレルギー	小麦、大豆、鶏肉、卵、乳、豚肉、ごま、やまいも、 さば、えび、ゼラチン

＜お召上がり期限＞ ●つなぐ本紙にて消費期限の記載がない商品は、冷蔵庫で保管してお届けした当日の夜10時までにお召上がりください。＜日曜弁当くつろぎのお召上がり方＞ ●お届けした日から3日以内にお召上がりください。（金曜お届け、消費期限は日曜日まで）●冷蔵庫で保管してください。●レンジで温める際は、容器のフィルムの端を少し開けてください。商品ラベルに記載の温め時間を目安にしてください。●お召上がり後はご家庭で容器（使い捨てです）の自主廃棄をお願いいたします。＜松竹梅のお弁当のお召上がり方＞ ●レンジで温めると、よりおいしくお召上がりいただけます。メニューやお使いのレンジの機種により、温め時間が多少異なります。〈温め時間の目安〉500W 1分30秒、600W 1分10秒、800W 50秒 ＜お召上がり後の容器のご返却について＞ ●容器のすすぎ洗いに協力ください。松と梅の容器は、軽く水洗いしご返却ください。竹の容器は中仕切り（使い捨てです）を自主廃棄の上、外容器をご返却ください。

コープの夕食宅配 2025年6月 メニュー情報

0120-279-949 受付時間 10:00から18:00 日曜日はお休みです。

6月第3週	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日
松デラックス	主菜 鶏肉とカシューナッツの炒め物 栄養表示 熱量329Kcal、蛋白質16.3g、 脂質17.1g、炭水化物31.8g 食塩相当量 3.4g〔推定値〕 アレルギー 鶏肉、大豆、小麦、卵、豚肉、ごま、 さば、カシューナッツ、ゼラチン	主菜 赤魚の西京焼き 栄養表示 熱量314Kcal、蛋白質24.8g、 脂質14.1g、炭水化物22.2g 食塩相当量 3.4g〔推定値〕 アレルギー 大豆、牛肉、小麦、りんご	主菜 鶏唐揚げの葱ソースがけ 栄養表示 熱量488Kcal、蛋白質21.0g、 脂質28.4g、炭水化物39.1g 食塩相当量 3.5g〔推定値〕 アレルギー 鶏肉、小麦、大豆、豚肉、ごま、乳	主菜 ほたてクリームコロッケ 栄養表示 熱量369Kcal、蛋白質9.6g、 脂質25.0g、炭水化物29.6g 食塩相当量 1.9g〔推定値〕 アレルギー えび、かに、小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、 ゼラチン、豚肉	主菜 豚ばらの甘辛煮 栄養表示 熱量380Kcal、蛋白質19.1g、 脂質23.4g、炭水化物23.4g 食塩相当量 3.3g〔推定値〕 アレルギー 大豆、豚肉、小麦、卵、乳、鶏肉	主菜 羽幌産真だらの中華蒸し 栄養表示 熱量339Kcal、蛋白質17.0g、 脂質17.1g、炭水化物30.2g 食塩相当量 3.3g〔推定値〕 アレルギー 小麦、大豆、豚肉、ごま、卵、乳、りんご、 鶏肉、ゼラチン

竹 バ ラ ン ス	主菜A	鶏肉のバター醤油	噴火湾産さばの塩焼き	豚肉と玉葱の炒め物	赤魚の梅煮	鶏肉とピーマンの味噌炒め	にしんの生姜煮
	栄養表示	熱量265Kcal、蛋白質17.4g、 脂質15.4g、炭水化物16.7g	熱量294Kcal、蛋白質20.0g、 脂質16.6g、炭水化物17.4g	熱量297Kcal、蛋白質13.6g、 脂質14.1g、炭水化物29.9g	熱量257Kcal、蛋白質12.0g、 脂質12.1g、炭水化物19.9g	熱量271Kcal、蛋白質17.2g、 脂質16.4g、炭水化物20.0g	熱量300Kcal、蛋白質12.3g、 脂質14.4g、炭水化物32.1g
	食塩相当量	2.3g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕	1.9g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕
	アレルギー	鶏肉、小麦、大豆、乳、卵	さば、小麦、卵、大豆、えび、かに、 りんご	豚肉、小麦、大豆、ごま、くるみ	小麦、大豆、ゼラチン、卵、ごま、乳、 豚肉、鶏肉	鶏肉、大豆、小麦、乳、豚肉、ごま、卵	小麦、さば、大豆、卵、豚肉、鶏肉、 ゼラチン、ごま
	主菜B	鮭の粕漬け焼き	牛肉とピーマンのオイスター炒め	道産かすべの唐揚げ	チキンステーキアップルソース	ほきの塩だれかけ	豚肉の梅みそ炒め
	栄養表示	熱量260Kcal、蛋白質21.2g、 脂質9.5g、炭水化物19.1g	熱量275Kcal、蛋白質13.5g、 脂質16.2g、炭水化物22.2g	熱量265Kcal、蛋白質15.6g、 脂質10.2g、炭水化物27.9g	熱量296Kcal、蛋白質14.3g、 脂質20.0g、炭水化物17.9g	熱量252Kcal、蛋白質18.5g、 脂質10.7g、炭水化物25.7g	熱量305Kcal、蛋白質15.4g、 脂質17.7g、炭水化物23.5g
	食塩相当量	1.9g〔推定値〕	2.1g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	2.4g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕
	アレルギー	さけ、小麦、卵、大豆、乳、鶏肉	牛肉、小麦、卵、大豆、えび、かに、 りんご、鶏肉、豚肉、ゼラチン、ごま	小麦、大豆、ごま、くるみ	鶏肉、小麦、卵、大豆、ごま、りんご、乳、 豚肉、ゼラチン	大豆、小麦、乳、鶏肉、豚肉、ごま、卵	豚肉、大豆、小麦、卵、鶏肉、ゼラチン、 ごま

梅ライト

主菜A	ポークチャップ	はんぺんと木耳の卵炒め	鶏肉とカリフラワーの炒め物	厚揚げのピリ辛炒め	豚肉ともやしの塩炒め	豆腐バーグ
栄養表示	熱量305Kcal、蛋白質13.9g、 脂質16.5g、炭水化物26.4g	熱量193Kcal、蛋白質8.3g、 脂質10.3g、炭水化物20.0g	熱量198Kcal、蛋白質13.0g、 脂質11.7g、炭水化物13.7g	熱量262Kcal、蛋白質5.1g、 脂質15.5g、炭水化物27.2g	熱量292Kcal、蛋白質16.0g、 脂質18.0g、炭水化物18.9g	熱量286Kcal、蛋白質12.8g、 脂質14.2g、炭水化物27.7g
食塩相当量	1.7g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	1.6g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	2.8g〔推定値〕	2.2g〔推定値〕
アレルギー	豚肉、小麦、大豆、鶏肉、卵、りんご	大豆、小麦、卵、乳、もも、ゼラチン、 えび、かに、りんご、鶏肉	鶏肉、かに、小麦、卵、さば、大豆、 豚肉、ごま、くるみ、ゼラチン	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま、卵、乳	豚肉、えび、かに、小麦、卵、大豆、鶏肉、 ゼラチン、ごま、乳	小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン、 ごま
主菜B	シーフードの中華風炒め	鶏肉といんげんの味噌炒め	あじフライ	豚肉と野菜のスープ煮	たらのみりん漬け焼き	鶏の唐揚げ
栄養表示	熱量223Kcal、蛋白質7.8g、 脂質9.9g、炭水化物29.1g	熱量249Kcal、蛋白質14.2g、 脂質14.4g、炭水化物19.0g	熱量248Kcal、蛋白質12.2g、 脂質12.0g、炭水化物24.1g	熱量311Kcal、蛋白質13.3g、 脂質18.1g、炭水化物23.4g	熱量223Kcal、蛋白質15.1g、 脂質9.3g、炭水化物22.2g	熱量414Kcal、蛋白質11.9g、 脂質27.0g、炭水化物33.0g
食塩相当量	1.7g〔推定値〕	2.4g〔推定値〕	1.8g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	3.2g〔推定値〕	1.7g〔推定値〕
アレルギー	小麦、えび、いか、大豆、鶏肉、卵、 豚肉、ゼラチン、ごま	鶏肉、大豆、小麦、卵、えび、かに、 りんご	小麦、大豆、かに、卵、さば、鶏肉、 豚肉、ごま、くるみ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま、卵、乳	小麦、大豆、えび、かに、卵、鶏肉、 豚肉、ゼラチン、ごま、乳	小麦、大豆、鶏肉、卵、豚肉、ゼラチン、 ごま

週替わりメニュー		6月第3週(6月16日～6月20日)
	メニュー名	大きなえびフライ弁当
	栄養表示	熱量680Kcal、蛋白質20.6g、 脂質29.8g、炭水化物90.6g
	食塩相当量	1.7g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、卵、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、 ゼラチン、えび、りんご

人気定番メニュー	お届け日	6月16日
	メニュー名	十勝名物 豚丼
	栄養表示	熱量601Kcal、蛋白質21.9g、 脂質13.9g、炭水化物95.0g
	食塩相当量	2.4g〔推定値〕
	アレルギー	卵、小麦、さば、大豆、豚肉

デザート	お届け日	6月18日
	メニュー名	へそのおまんごう5個入
	栄養表示	〈1個あたり〉熱量143Kcal、蛋白質3.3g、 脂質2.5g、炭水化物26.7g
	食塩相当量	0.1g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、卵、乳成分、大豆

麺類	お届け日	6月19日
	メニュー名	釧路風ざるそば(クロレラ入り)
	栄養表示	熱量285kcal、蛋白質8.7g、 脂質1.8g、炭水化物58.5g
	食塩相当量	3.8g〔推定値〕
	アレルギー	卵、小麦、そば、さば、大豆 ※当工場では、乳成分を含む製品を製造しています。

土曜ファミリアム	お届け日	6月21日
	メニュー名	北海道産牛めし
	栄養表示	熱量610Kcal、蛋白質13.5g、 脂質20.9g、炭水化物86.4g
	食塩相当量	2.0g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、牛肉、大豆

日曜弁当メニュー

お届け日	6月20日 金
主菜A	カレイの照焼き
栄養表示	熱量190kcal、蛋白質15.2g、 脂質7.8g、炭水化物16.7g
食塩相当量	2.4g〔推定値〕
アレルギー	卵、小麦、さば、大豆
主菜B	豚肉の生姜炒め
栄養表示	熱量261kcal、蛋白質16.7g、 脂質13.6g、炭水化物18.4g
食塩相当量	1.8g〔推定値〕
アレルギー	卵、小麦、さば、大豆、豚肉

＜お召し上がり期限＞ ●つなぐ本紙にて消費期限の記載がない商品は、冷蔵庫で保管してお届けした当日の夜10時までにお召し上がりください。＜日曜弁当くつろぎのお召し上がり方＞ ●お届けした日から3日以内にお召し上がりください。(金曜お届け、消費期限は日曜日まで) ●冷蔵庫で保管してください。 ●レンジで温める際は、容器のフィルムの端を少し開けてください。商品ラベルに記載の温め時間を目安にしてください。 ●お召し上がり後はご家庭で容器(使い捨てです)の自主廃棄をお願いいたします。 ＜松竹梅のお弁当のお召し上がり方＞ ●レンジで温めると、よりおいしくお召し上がりいただけます。メニューやお使いのレンジの機種により、温め時間が多少異なります。(温め時間の目安) 500W 1分30秒、600W 1分10秒、800W 50秒 ＜お召し上がり後の容器のご返却について＞ ●容器のすすぎ洗いに協力ください。松と梅の容器は、軽く水洗いしご返却ください。竹の容器は中仕切り(使い捨てです)を自主廃棄の上、外容器をご返却ください。

コープの夕食宅配 2025年6月 メニュー情報

0120-279-949 受付時間 10:00から18:00 日曜日はお休みです。

6月第4週	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日
松デラックス	主菜 赤ワイン仕立ての煮込みハンバーグ	四川風麻婆豆腐	羅臼産秋鮭のカリッと焼き～マスタードソースがけ	大麦育ち三元豚の昆布ぼん酢ジュレ仕立て	海鮮入り八宝菜	ビーフストロガノフ
栄養表示	熱量372Kcal、蛋白質16.4g、 脂質19.8g、炭水化物36.0g	熱量328Kcal、蛋白質18.2g、 脂質20.9g、炭水化物18.5g	熱量311Kcal、蛋白質20.1g、 脂質14.0g、炭水化物28.7g	熱量294Kcal、蛋白質17.5g、 脂質16.5g、炭水化物20.8g	熱量265Kcal、蛋白質17.1g、 脂質11.3g、炭水化物29.7g	熱量481Kcal、蛋白質16.7g、 脂質32.6g、炭水化物35.9g
食塩相当量	2.5g (推定値)	2.2g (推定値)	2.6g (推定値)	3.1g (推定値)	3.6g (推定値)	1.8g (推定値)
アレルギー	小麦、卵、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、 ゼラチン、さけ、りんご、えび	大豆、いか、小麦、卵、乳、もも、ゼラチン、 豚肉、牛肉、落花生、ごま、鶏肉	さけ、小麦、卵、大豆、りんご、乳、豚肉、 鶏肉	大豆、豚肉、小麦、りんご、ごま	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、えび、いか、 卵、乳、ごま、ゼラチン	乳、牛肉、小麦、大豆、豚肉、卵、 りんご、鶏肉

竹 パ ラ ン ス	主菜A	ミルフィーユカツ	そいの幽庵焼き	鶏肉の照焼き	羅臼産秋鮭のパン粉焼き	牛肉と竹の子の中華炒め	ほっけの唐揚げ野菜あんかけ
	栄養表示	熱量305Kcal、蛋白質12.9g、 脂質19.2g、炭水化物21.4g	熱量252Kcal、蛋白質17.5g、 脂質7.8g、炭水化物26.6g	熱量252Kcal、蛋白質14.8g、 脂質11.4g、炭水化物24.8g	熱量255Kcal、蛋白質20.5g、 脂質13.4g、炭水化物16.9g	熱量302Kcal、蛋白質14.0g、 脂質17.4g、炭水化物24.1g	熱量252Kcal、蛋白質14.5g、 脂質14.9g、炭水化物19.9g
	食塩相当量	1.8g〔推定値〕	2.5g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	2.3g〔推定値〕	1.3g〔推定値〕	2.4g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、卵、乳、大豆、豚肉、鶏肉、ごま	小麦、卵、大豆、鶏肉、ゼラチン、ごま、 乳	鶏肉、えび、かに、小麦、大豆	さけ、いか、小麦、大豆、豚肉、卵、ごま	牛肉、小麦、大豆、ごま、りんご、鶏肉、 豚肉、ゼラチン	小麦、大豆、卵、乳、豚肉、鶏肉、 ゼラチン、ごま
	主菜B	羅臼産浅羽がれいの塩焼き	鶏肉のマヨポン炒め	北海道産ますフライ	豚肉のすき焼き風煮	赤魚の粕漬け焼き	チキンソテーのトマトソース
	栄養表示	熱量253Kcal、蛋白質20.8g、 脂質12.3g、炭水化物11.9g	熱量259Kcal、蛋白質14.9g、 脂質15.1g、炭水化物21.0g	熱量257Kcal、蛋白質17.4g、 脂質12.9g、炭水化物26.4g	熱量308Kcal、蛋白質16.2g、 脂質20.8g、炭水化物17.7g	熱量283Kcal、蛋白質18.2g、 脂質10.1g、炭水化物24.9g	熱量257Kcal、蛋白質13.6g、 脂質16.6g、炭水化物15.5g
	食塩相当量	1.9g〔推定値〕	2.3g〔推定値〕	2.0g〔推定値〕	2.4g〔推定値〕	1.5g〔推定値〕	2.4g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、卵、大豆、乳、鶏肉、ごま	鶏肉、大豆、ゼラチン、ごま、小麦、 卵、乳	小麦、さけ、大豆、豚肉、ゼラチン、鶏肉、 えび、かに	豚肉、いか、大豆、小麦、ごま	小麦、卵、大豆、ごま、りんご	鶏肉、大豆、小麦、卵、乳、豚肉、 ゼラチン、ごま

梅ライト

主菜A	鶏肉の甘酢あんかけ	あじフライ	豚肉と玉葱の甘辛炒め	お麴のプルコギ風	鶏肉の生姜炒め	野菜のスクランブルエッグ
栄養表示	熱量233Kcal、蛋白質14.0g、 脂質14.3g、炭水化物15.2g	熱量276Kcal、蛋白質13.8g、 脂質11.2g、炭水化物32.7g	熱量340Kcal、蛋白質14.9g、 脂質18.0g、炭水化物30.4g	熱量213Kcal、蛋白質6.1g、 脂質10.1g、炭水化物28.6g	熱量243Kcal、蛋白質13.5g、 脂質11.9g、炭水化物23.7g	熱量193Kcal、蛋白質7.0g、 脂質12.3g、炭水化物19.8g
食塩相当量	1.9g【推定値】	3.0g【推定値】	1.8g【推定値】	1.8g【推定値】	1.7g【推定値】	2.2g【推定値】
アレルギー	鶏肉、大豆、小麦、ごま、卵、乳	小麦、大豆、ゼラチン、ごま、乳	豚肉、小麦、卵、大豆、鶏肉	小麦、大豆、豚肉、ごま	鶏肉、小麦、大豆、ごま、りんご、卵、 乳、豚肉	小麦、卵、大豆、乳、豚肉、鶏肉、 ゼラチン、ごま
主菜B	高野豆腐とこんにゃくの炒め煮	豚肉のオニオンソース	厚揚げとチンゲン菜の中華煮	根菜と肉団子の煮物	はんぺんの甘辛炒め	豚肉のスタミナ炒め
栄養表示	熱量165Kcal、蛋白質8.5g、 脂質10.1g、炭水化物14.6g	熱量239Kcal、蛋白質15.2g、 脂質10.1g、炭水化物25.1g	熱量257Kcal、蛋白質6.9g、 脂質13.1g、炭水化物30.7g	熱量296Kcal、蛋白質10.1g、 脂質14.2g、炭水化物36.6g	熱量174Kcal、蛋白質7.4g、 脂質5.5g、炭水化物27.1g	熱量253Kcal、蛋白質15.9g、 脂質14.5g、炭水化物15.8g
食塩相当量	1.8g【推定値】	3.1g【推定値】	1.5g【推定値】	2.6g【推定値】	1.9g【推定値】	1.8g【推定値】
アレルギー	大豆、小麦、ごま、卵、乳	豚肉、大豆、ゼラチン、ごま、小麦、乳	大豆、小麦、卵、豚肉、鶏肉、ごま、 ゼラチン	小麦、大豆、卵、乳、鶏肉、豚肉、ごま	えび、かに、小麦、卵、大豆、ごま、 りんご、乳、豚肉、鶏肉	豚肉、大豆、小麦、卵、乳、鶏肉、 ゼラチン、ごま

週替わりメニュー		6月第4週(6月23日～6月27日)
	メニュー名	エスカロップ風プレート
	栄養表示	熱量581Kcal、蛋白質18.9g、 脂質20.3g、炭水化物80.3g
	食塩相当量	3.0g (推定値)
	アレルギー	えび、小麦、乳、大豆、鶏肉、卵、豚肉、 牛肉、りんご

デザート	お届け日	6月23日
	メニュー名	チーズ大福6個入
	栄養表示	〈1個あたり〉熱量145Kcal、蛋白質2.0g、 脂質3.8g、炭水化物25.0g
	食塩相当量	0.3g (推定値)
	アレルギー	乳成分、卵、大豆

土曜ファミリアム	お届け日	6月28日
	メニュー名	三元豚のもちっと水餃子鍋
	栄養表示	熱量303Kcal、蛋白質15.2g、 脂質12.1g、炭水化物31.7g
	食塩相当量	5.3g (推定値)
	アレルギー	小麦、卵、大豆、豚肉、ごま、牛肉、 ゼラチン

日曜弁当のひととき

お届け日	6月27日金
主菜A	ニシンフライの山菜あんかけ
栄養表示	熱量297kcal、蛋白質9.5g、 脂質10.4g、炭水化物41.4g
食塩相当量	2.2g〔推定値〕
アレルギー	卵、小麦、ごま、大豆
主菜B	麻婆豆腐
栄養表示	熱量233kcal、蛋白質11.1g、 脂質8.0g、炭水化物28.4g
食塩相当量	1.4g〔推定値〕
アレルギー	小麦、ごま、ゼラチン、大豆、鶏肉、 豚肉

人気お弁当メニュー	お届け日	6月26日
	メニュー名	鮭(ルイベ漬)といくらの親子丼ぶり
	栄養表示	熱量472Kcal、蛋白質18.2g、 脂質5.4g、炭水化物87.9g
	食塩相当量	5.8g (推定値)
	アレルギー	小麦、いくら、ごま、さけ、大豆

麺類	お届け日	6月24日
	メニュー名	彩り具材の冷やし中華
	栄養表示	熱量383kcal、蛋白質16.2g、 脂質6.6g、炭水化物64.6g
	食塩相当量	5.1g (推定値)
	アレルギー	卵、乳成分、小麦、牛肉、ごま、さば、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、ゼラチン ※当工場では、そばを含む製品を製造しています。

＜お召し上がり期限＞ ●つなぐ本紙にて消費期限の記載がない商品は、冷蔵庫で保管してお届けした当日の夜10時までにお召し上がりください。＜日曜弁当くつろぎのお召し上がり方＞ ●お届けした日から3日以内にお召し上がりください。(金曜お届け、消費期限は日曜日まで) ●冷蔵庫で保管してください。 ●レンジで温める際は、容器のフィルムの端を少し開けてください。商品ラベルに記載の温め時間を目安にしてください。 ●お召し上がり後はご家庭で容器(使い捨てです)の自主廃棄をお願いいたします。 ＜松竹梅のお弁当のお召し上がり方＞ ●レンジで温めると、よりおいしくお召し上がりいただけます。メニューやお使いのレンジの機種により、温め時間が多少異なります。(温め時間の目安) 500W 1分30秒、600W 1分10秒、800W 50秒 ＜お召し上がり後の容器のご返却について＞ ●容器のすすぎ洗いに協力ください。松と梅の容器は、軽く水洗いしご返却ください。竹の容器は中仕切り(使い捨てです)を自主廃棄の上、外容器をご返却ください。

コープの夕食宅配 2025年6月 メニュー情報

0120-279-949 受付時間 10:00 から 18:00 日曜日はお休みです。

パン	商品名	絹艶3枚入り	生プレミアムデニッシュ勝バター3個入り	TheTakasui生やわらかなレーズンロール4個入り	ふわ生ロールたまご	ラブラブサンドコク旨焼きそば
	栄養表示	〈1枚あたり〉熱量148kcal、蛋白質4.8g、脂質3.2g、炭水化物25.0g	〈1個あたり〉熱量522kcal、蛋白質12.2g、脂質22.8g、炭水化物71.0g	〈1個あたり〉熱量136kcal、蛋白質3.1g、脂質3.4g、炭水化物23.3g	熱量235kcal、蛋白質5.8g、脂質12.9g、炭水化物23.8g	熱量89kcal、蛋白質2.8g、脂質1.2g、炭水化物16.8g
	食塩相当量	0.7g〔推定値〕	1.8g〔推定値〕	0.4g〔推定値〕	1.3g〔推定値〕	0.8g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、乳、大豆	卵、小麦、乳、大豆	卵、小麦、乳、大豆	卵、小麦、乳、大豆、りんご、ゼラチン	卵、小麦、乳、大豆、いか、鶏肉、豚肉、もも、りんご
	商品名	黒糖ふかし	TheTakasui生ドーナツこしあん	ラブラブサンドチョコレート	しっとりクリームパン	函館メロンパンホイップサンド
	栄養表示	熱量428kcal、蛋白質8.8g、脂質4.4g、炭水化物88.3g	熱量453kcal、蛋白質8.1g、脂質20.8g、炭水化物58.3g	熱量125kcal、蛋白質2.7g、脂質3.4g、炭水化物21.0g	熱量367kcal、蛋白質7.8g、脂質12.2g、炭水化物56.4g	熱量429kcal、蛋白質7.0g、脂質17.6g、炭水化物60.7g
	食塩相当量	1.5g〔推定値〕	0.6g〔推定値〕	0.4g〔推定値〕	0.6g〔推定値〕	0.4g〔推定値〕
	アレルギー	卵、小麦、乳、大豆、さけ	卵、小麦、乳、大豆、オレンジ	卵、小麦、乳、大豆	卵、小麦、乳、大豆	卵、小麦、乳、大豆

カレー	メニュー名	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー
	栄養表示	熱量585kcal、蛋白質10.8g、脂質16.2g、炭水化物95.8g	熱量858kcal、蛋白質22.6g、脂質31.9g、炭水化物115.5g	熱量700kcal、蛋白質15.6g、脂質22.0g、炭水化物106.2g
	食塩相当量	3.4g〔推定値〕	4.0g〔推定値〕	3.9g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、ごま	小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、ごま、卵	小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、ごま、えび、卵

ご飯	メニュー名	ライス〈白米〉(150g)
	栄養表示	熱量242kcal、蛋白質4.1g、脂質0.6g、炭水化物52.5g、食塩相当量0g〔推定値〕

※道産米を使用しています。
※ライス(白米)の容器はレンジ使用不可です。

納豆	商品名	細かくきざんだひきわり納豆	道産旨み濃厚小粒納豆	ふっくら北海道小粒納豆
	栄養表示	〈1食44.7gあたり〉熱量68kcal、蛋白質6.4g、脂質1.1g、炭水化物7.9g	〈1食46.8gあたり(添付のたれを含む)〉 熱量88kcal、蛋白質7.0g、脂質3.7g、炭水化物6.6g	〈1食46.8gあたり(添付のたれ・からしを含む)〉 熱量88kcal、蛋白質7.0g、脂質3.7g、炭水化物6.6g
	食塩相当量	0.4g〔推定値〕	0.7g〔推定値〕	0.7g〔推定値〕
	アレルギー	小麦、大豆	小麦、大豆、さば、りんご	小麦、大豆、さば、りんご

箱売りパックご飯	商品名	おいしいご飯(山形県産はえぬき使用)	おいしい赤飯(国産もち米100%使用)
	栄養表示	〈1パック200gあたり〉熱量290kcal、蛋白質4.2g、脂質0.8g、炭水化物65.6g	〈1パック160gあたり〉熱量260kcal、蛋白質6.4g、脂質0.5g、炭水化物58.7g
	食塩相当量	0g	0.4g
	アレルギー	—	—

箱売り飲料	商品名	食塩無添加野菜ジュース	食塩無添加濃いつマトジュース	国産大豆の調製豆乳	国産大豆の豆乳飲料麦芽コーヒー	ミックスキャロット
	栄養表示	〈1缶160gあたり〉熱量36kcal、蛋白質1.4g、脂質0.2g、炭水化物7.7g	〈1缶160gあたり〉熱量45kcal、蛋白質1.8g、脂質0g、炭水化物9.4g	〈1パック200mlあたり〉熱量110kcal、蛋白質6.8g、脂質4.6g、炭水化物10.4g	〈1パック200mlあたり〉熱量127kcal、蛋白質4.8g、脂質5.2g、炭水化物15.2g	〈1缶160gあたり〉熱量56kcal、蛋白質0.6g、脂質0g、炭水化物13.4g
	食塩相当量	0.09～0.21g〔野菜・果実に含まれるナトリウムによるもの〕	0.07g〔トマトに含まれるナトリウムによるもの〕	0.4g	0.4g	0.03g
	アレルギー	—	—	大豆	大豆	オレンジ、りんご、バナナ

箱売り汁もの	商品名	わかめスープ 10食入	減塩即席みそ汁合わせみそ 12食入	たまごスープ
	栄養表示	〈1食4.7gあたり〉 熱量15kcal、蛋白質1.0g、脂質0.5g、炭水化物1.5g	【油あげ汁〈1食14.1gあたり〉】熱量22kcal、蛋白質1.5g、脂質0.7g、炭水化物2.3g 【とうふ汁〈1食14.0gあたり〉】熱量21kcal、蛋白質1.5g、脂質0.6g、炭水化物2.4g 【長ねぎ汁〈1食13.9gあたり〉】熱量21kcal、蛋白質1.4g、脂質0.6g、炭水化物2.4g 【わかめ汁〈1食13.8gあたり〉】熱量20kcal、蛋白質1.4g、脂質0.6g、炭水化物2.3g	〈1食7gあたり〉 熱量30kcal、蛋白質2.5g、脂質1.6g、炭水化物1.4g
	食塩相当量	1.5g	〈各1食あたり〉1.3g	1.3g
	アレルギー	卵、小麦、乳、えび、大豆、鶏、豚、ごま	大豆、米	卵、小麦、かに、大豆、鶏、ゼラチン、米

＜お召上がり期限＞ ●つなぐ本紙にて消費期限の記載がない商品は、冷蔵庫で保管してお届けした当日の夜10時までにお召上がりください。＜日曜弁当くつろぎのお召上がり方＞ ●お届けした日から3日以内にお召上がりください。(金曜お届け、消費期限は日曜日まで) ●冷蔵庫で保管してください。 ●レンジで温める際は、容器のフィルムの端を少し開けてください。商品ラベルに記載の温め時間を目安にしてください。 ●お召上がり後はご家庭で容器(使い捨てです)の自主廃棄をお願いいたします。
＜松竹梅のお弁当のお召上がり方＞ ●レンジで温めると、よりおいしくお召上がりいただけます。メニューやお使いのレンジの機種により、温め時間が多少異なります。(温め時間の目安)500W 1分30秒、600W 1分10秒、800W 50秒
＜お召上がり後の容器のご返却について＞ ●容器のすすぎ洗いに協力ください。松と梅の容器は、軽く水洗いしご返却ください。竹の容器は中仕切り(使い捨てです)を自主廃棄の上、外容器をご返却ください。