

コープの夕食宅配・献立表 (2025.2.24~2.28)



※変更の連絡は、**2/18(火)迄**にお願いします

空容器は、次回配達日に回収します。
食べ残しの処分・洗浄・乾燥のご協力をお願いします。

コープの夕食宅配

0120-372-560(月~金:10時~18時30分)

	2月24日(月)	2月25日(火)	2月26日(水)	2月27日(木)	2月28日(金)
お弁当コース		かれいのみぞれあん つきこんにゃくのたらこ煮 小松菜とウインナーの炒め物 くわいと枝豆のサラダ きゅうり漬け しそ風味ひじきごはん(国産)	プルコギ風牛肉の炒め物 カリフラワーの柚子胡椒和え 里芋の煮物 きゅうりとツナのサラダ 野沢菜昆布 ごはん(国産)	八宝菜 チンゲン菜と蒸し鶏の和え物 がんもの煮物 さつま芋のハニーマスタード和え 黒豆 ごはん(国産)	鶏肉の肉味噌だれ 人参とベーコンの洋風炒め ピーマンとしらすの煮物 マカロニサラダ 葉大根のおかか和え ごはん(国産)
	週平均	アレルギー: 卵、小麦			
469 kcal 2.0 g	天皇誕生日の振替の為、お休みです。				アレルギー: 小麦
		エネルギー: 499 kcal 塩分: 2.6 g 蛋白質16.8g/脂質17.9g/炭水化物67.8g	エネルギー: 467 kcal 塩分: 1.7 g 蛋白質11.6g/脂質13.2g/炭水化物72.7g	エネルギー: 462 kcal 塩分: 1.6 g 蛋白質15.6g/脂質9.2g/炭水化物76.9g	エネルギー: 448 kcal 塩分: 2.1 g 蛋白質15.9g/脂質11.5g/炭水化物67.4g

献立 ワンポイント 紹介	2/24	天皇誕生日の振替の為、お休みです。
	2/25	主菜は新登場メニューです。油で揚げたかれいに、大根おろしたっぷりのみぞれあんをかけました。
	2/26	主菜は韓国料理のプルコギを再現しました。牛肉、野菜、春雨を醤油ベースのたれで味付けしました。甘辛い味付けが食欲をそそります。
	2/27	主菜はえび、豚肉、野菜がたっぷりに入った具だくさんの八宝菜です。ご飯にかけて中華丼としても楽しめます。
	2/28	主菜は下味をつけて焼成した鶏肉に、コクのある肉味噌だれをかけました。