

コープの夕食宅配・献立表

(2025.08.25～08.29)



※変更の連絡は、8/19(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。

日付・曜日・商品名ラベルをご確認のうえ、お召し上がりください

コープの夕食宅配

0120-372-560(月～金:10時～18時30分)



	8月25日(月)	8月26日(火)	8月27日(水)	8月28日(木)	8月29日(金)
おかずコース	豚肉の生姜炒め 春巻き くわいのたらこバター醤油炒め 里芋の白味噌だれ マカロニサラダ 桜大根漬け	たらのおかか葱ソース 豚肉と昆布の炒め煮 しろ菜の煮びたし もやしとにらのマヨ炒め 紫キャベツと玉葱のピクルス うぐいす豆	メンチカツ 豆腐とあさりの深川煮 ピーマンとしらすの煮物 ナスの中華だれ カリフラワーの柚子風味和え しば漬け	あじのさんが焼き 牛肉とメンマの煮物 人参しりしり 小松菜と舞茸の煮びたし かぼちゃと枝豆のサラダ もずくの酢の物	鶏のくわ焼き ブロッコリーとエビの炒め物 きくらげの煮物 ハッシュポテト れんこんサラダ 白菜の青さและ
週平均	アレルギー: 卵、乳、小麦	アレルギー: 卵、乳、小麦	アレルギー: 卵、乳、小麦、えび	アレルギー: 卵、小麦	アレルギー: 卵、乳、小麦、えび
366 kcal 2.9 g	エネルギー: 387 kcal 塩分: 2.8 g 蛋白質13.7g/脂質21.2g/炭水化物35.3g	エネルギー: 304 kcal 塩分: 2.6 g 蛋白質21.3g/脂質13.1g/炭水化物25.4g	エネルギー: 407 kcal 塩分: 3.7 g 蛋白質15.1g/脂質21.3g/炭水化物37.8g	エネルギー: 341 kcal 塩分: 2.5 g 蛋白質16.8g/脂質21.7g/炭水化物19.5g	エネルギー: 389 kcal 塩分: 3.1 g 蛋白質17.3g/脂質23.6g/炭水化物26.5g
					

献立 ワンポイント 紹介	8/25	主菜は豚肉の生姜炒めです。生姜の風味が食欲をそそります。サブメインは春巻きです。
	8/26	主菜は下味をつけて焼成した「たら」に、おかか、葱などを加えた特製の和風ソースをかけました。
	8/27	主菜は玉ねぎをたっぷり配合し、俵型に仕上げた肉厚でジューシーなメンチカツです。
	8/28	主菜は千葉県の郷土料理《あじのさんが焼き》を再現しました。
	8/29	主菜は鶏のくわ焼きです。くわ焼きとは肉をたれにつけて焼く料理のことです。ハッシュポテトは新登場です。