

コープの夕食宅配・献立表

(2025.11.24～11.28)



※変更の連絡は、11/18(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。

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)



	11月24日(月)	11月25日(火)	11月26日(水)	11月27日(木)	11月28日(金)
8 マス 御膳 コース		白身フライのビスク風ソース 鶏と野菜のバター醤油炒め 小松菜と豚肉の煮物 もやしとコーンの炒め物 チンゲン菜と蒲鉾の煮物 人参とひき肉の炒め物 キャベツとチーズのサラダ しそ昆布	牛肉のビビンバ風 たこ団子揚げ 高野豆腐の煮物 小松菜とウインナーの炒め物 ポテトのオーロラソース和え 平春雨と野菜の炒め物 カリフラワーのマリネ きゅうり漬け	メルルーサのみりん風味焼き 厚揚げと豚肉のオイスター炒め れんこんの明太マヨ和え くわいの甘酢炒め ほうれん草とえのきのおひたし ささがき金平 イタリアン野菜のごま和え 金時豆	鶏肉の西京焼き 野菜の彩りしんじょう煮 エビのチリソース キャベツと舞茸のぼん酢炒め いんげんのおかか和え にらと玉子の炒め物 きゅうりとツナのサラダ 高菜漬け
週平均	勤労感謝の日の 振替休日のため、 お休みです。	アレルギー: 卵、乳、小麦、えび	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
471 kcal		エネルギー: 503 kcal 塩分: 3.1 g 蛋白質20.4g/脂質29.7g/炭水化物38.9g	エネルギー: 457 kcal 塩分: 3.8 g 蛋白質16.7g/脂質30.3g/炭水化物30g	エネルギー: 410 kcal 塩分: 2.7 g 蛋白質21.3g/脂質17.3g/炭水化物42g	エネルギー: 438 kcal 塩分: 2.9 g 蛋白質21.7g/脂質24.6g/炭水化物31.8g
3.4 g					

献立 ワンポイント 紹介	11/24	勤労感謝の日の振り替え休日の為、お休みです。
	11/25	主菜は白身魚のフライに、濃厚なビスク風ソースをかけました。エビの旨味とクリーミーな味わいをお楽しみいただけます。
	11/26	主菜の牛肉のビビンバ風は韓国の定番料理を再現しました。お肉と野菜がたっぷりと食べられます。全体をよく混ぜてお召し上がりください。
	11/27	主菜は白身魚のメルルーサのみりん調味液に漬け込み、焼成しました。副菜のれんこんの明太マヨ和えは、新登場です。
	11/28	主菜は新登場メニューです。鶏肉を西京白味噌をベースにした調味料に漬け込み、焼き上げました。白味噌の上品な甘みと香りが楽しめます。