

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)

おかず コース	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)
	勤労感謝の日の 振替休日のため、 お休みです。	マーボー豆腐 ごまおさつコロツケ チンゲン菜と蒸し鶏の和え物 れんこんの煮物 きのこのマリネ きゅうり漬け	イカ天中華あんかけ 豚肉と昆布の炒め煮 野菜と玉子のマスタード炒め くわいのおかか和え 人参サラダ 黒豆	鶏肉の味噌マヨソース かに入りしんじょう煮 ピーマンとウインナーの炒め物 糸こんにゃくとそぼろの煮物 玉葱とコーンのサラダ 大根の赤しそ和え	白身魚のパン粉焼き 焼き餃子(ニンニク抜き) スクランブルエッグ 小松菜と油揚げの煮物 千切りポテトサラダ 野沢菜漬け
		アレルギー: 乳、小麦	アレルギー: 卵、小麦	アレルギー: 卵、乳、小麦、かに	アレルギー: 卵、乳、小麦
		エネルギー: 455 kcal 塩分: 2.5 g 蛋白質14.1g/脂質26.1g/炭水化物41.1g	エネルギー: 372 kcal 塩分: 2.5 g 蛋白質16.1g/脂質19.4g/炭水化物33.8g	エネルギー: 452 kcal 塩分: 2.7 g 蛋白質19.3g/脂質29.2g/炭水化物27.1g	エネルギー: 350 kcal 塩分: 1.6 g 蛋白質18.1g/脂質19.5g/炭水化物25.9g

献立 ワンポイント 紹介	11/24	勤労感謝の日の振替え休日の為、お休みです。
	11/25	主菜はマーボー豆腐です。辛味を抑え、幅広い年齢層の方に好まれる味になっています。サブメインのごまおさつコロツケは、新登場です。
	11/26	主菜は新登場メニュー、イカ天中華あんかけです。イカの天ぷらに、野菜が入った中華あんをかけました。副菜の《野菜と玉子のマスタード炒め》も、新登場です。
	11/27	主菜は人気のある鶏のから揚げに、味噌マヨソースをかけました。
	11/28	主菜は白身魚にパン粉を振りかけて焼成し、バターをのせました。淡泊な味わいの白身魚にパン粉の香ばしさと、バターのコクがよく合います。