

# コープの夕食宅配・献立表

( 2026.02.23~02.27 )

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



※変更の連絡は、2/17(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)

8 マス 御膳 コース  週平均	2月23日(月)	2月24日(火)	2月25日(水)	2月26日(木)	2月27日(金)
	天皇誕生日の為、 お休みです。	鶏肉のマーマレード風味 あさりとしろ菜の中華炒め 豆乳入り野菜揚げの和風あんかけ スクランブルエッグ もやしときくらげのピリ辛和え ナスの田楽風 キャベツのごママヨ和え しば漬け	あじのメンチカツ 根菜と豚肉のしぐれ煮 豆腐とソイミートのチリソース しゅうまい れんこん金平 チンゲン菜の錦糸和え 玉葱とパプリカの中華風酢の物 生姜昆布	牛肉とブロッコリーの炒め物 シイラの青さフリッター ほうれん草とひき肉の和え物 ごぼうのおかか煮 いんげんのごま和え キャベツの煮びたし 豆サラダ 大根漬け	エビと野菜のグラタン風 チキンナゲット 魚肉ソーセージの炒め物 小松菜とツナの煮物 ヤングコーンの甘酢炒め 油揚げの味噌炒め カリフラワーと玉子のサラダ 野沢菜漬け
465 kcal 3.4 g	アレルゲン: 卵、小麦	アレルゲン: 卵、乳、小麦、えび、かに	アレルゲン: 卵、乳、小麦	アレルゲン: 卵、乳、小麦	アレルゲン: 卵、乳、小麦、えび
	エネルギー: 498 kcal 塩分: 3.8 g 蛋白質23.5g/脂質34.1g/炭水化物24.4g	エネルギー: 441 kcal 塩分: 3.1 g 蛋白質16g/脂質22.5g/炭水化物44.1g	エネルギー: 463 kcal 塩分: 3.0 g 蛋白質21.5g/脂質28.6g/炭水化物30.4g	エネルギー: 459 kcal 塩分: 3.7 g 蛋白質20.9g/脂質26.4g/炭水化物35.1g	
					

献立 ワンポイント 紹介	2/23	天皇誕生日の為、お休みです。
	2/24	主菜は下味をつけて焼成した鶏肉に、マーマレードジャムを加えたソースをかけました。柑橘の爽やかさが後を引きます。
	2/25	主菜は玉葱やキャベツが入ったジューシーなあじのメンチカツです。
	2/26	主菜は牛肉、ブロッコリー、人参をオイスターソースなどで炒めました。
	2/27	主菜はエビと野菜の上に和風のホワイトソースとチーズをかけ、グラタン風に仕上げました。