

コープの夕食宅配・献立表

(2026.02.23～02.27)



※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)



	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)
8 マス 御膳 コース	<p>天皇誕生日の為、 お休みです。</p> 	<p>鶏肉のマーマレード風味 あざ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 キャベツのごまマヨ和え しば漬け</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
週平均		アレルギー: 卵、小麦	アレルギー: 卵、乳、小麦、えび、かに	アレルギー: 卵、乳、小麦	アレルギー: 卵、乳、小麦、えび
465 kcal		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
3.4 g					

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。