

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)



おかず コース	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。	かれいのみぞれあん 焼き餃子(ニンニク抜き) つきこんにゃくのたらこ煮 小松菜とウインナーの炒め物 くわいと枝豆のサラダ きゅうり漬け	プルコギ風牛肉の炒め物 お魚厚揚げの煮物 カリフラワーの柚子胡椒和え 里芋の煮物 きゅうりとツナのサラダ 野沢菜昆布	八宝菜 ハムカツ チンゲン菜と蒸し鶏の和え物 がんもの煮物 さつま芋のハニーマスタード和え 黒豆	鶏肉の玉葱クリーミーソース あさりと野菜の韓国風炒め 人参とベーコンの洋風炒め ピーマンとしらすの煮物 マカロニサラダ 白菜の錦糸和え
		アレルギー: 卵、小麦	アレルギー: 卵、小麦	アレルギー: 卵、乳、小麦、えび	アレルギー: 卵、乳、小麦
		エネルギー: 333 kcal 塩分: 2.3 g 蛋白質15g/脂質18.9g/炭水化物25.9g	エネルギー: 376 kcal 塩分: 2.8 g 蛋白質13.4g/脂質22.2g/炭水化物30.4g	エネルギー: 370 kcal 塩分: 2.7 g 蛋白質17.4g/脂質16.3g/炭水化物38.7g	エネルギー: 382 kcal 塩分: 2.8 g 蛋白質21.7g/脂質25.1g/炭水化物17.2g

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	主菜は油で揚げたかれいに、大根おろしたっぷりのみぞれあんをかけました。
	2/25	主菜は韓国料理のプルコギを再現しました。牛肉、野菜、春雨を醤油ベースのたれで味付けしました。甘辛い味付けが食欲をそそります。
	2/26	主菜はえび、豚肉、野菜がたっぷりに入った具たくさんの八宝菜です。ご飯にかけて中華丼としても楽しめます。
	2/27	主菜は新登場メニューです。玉葱、醤油、香辛料などをブレンドしたクリーミーな味わいのソースが、鶏肉と相性抜群で食欲をそそります。