



## ■白身魚の煮付け

メバルの煮付け	Deli	50 g
ほうれん草 (添え)	Deli	15 g

## ■薩摩揚げの煮物

さつま揚げの煮物	Deli	50 g
----------	------	------

## ■和え物 (マヨネーズ和え)

マヨ和え (蒸し鶏・ブロッコリー)	Deli	40 g
トマト		30 g
サニーレタス (サラダ菜)		10 g

## ■清汁

麩・若布	Deli	13.5 g
しょうゆ		8 g
塩		0.5 g
出しかつお		0.1 g
卵		25 g

## ■トンカツ

トンカツ	Deli	100 g
ブロッコリー	(冷)	30 g

## ■パックソース

5ml入ソース		5 g
---------	--	-----

## ■ビーフン

ビーフン (カレー風)	Deli	35 g
-------------	------	------

## ■おからサラダ

おからサラダ	Deli	40 g
ミニトマト		10 g
胡瓜		30 g

## ■コンソメスープ

じゃがいも・玉葱	Deli	15.3 g
パセリ (乾)		0.5 g
コンソメ顆粒 (五大アレルギー対応)		2 g
むきえび		30 g
Gアスパラ (冷)		10 g
うずら卵 (缶)		20 g

## ■麻婆豆腐

麻婆豆腐	Deli	110 g
------	------	-------

## ■揚げシュウマイ

揚シュウマイ	Deli	28 g
Gアスパラ (冷)		20 g

塩		0.2 g
---	--	-------

## ■和え物

和え物 (キャリ・中華クダゲ)	Deli	30 g
かにかま (パック10本入150g)		10 g

## ■いも煮汁

人参・若布	Deli	8.3 g
牛肉 (上)		20 g
里芋 (冷)		30 g
しめじ		20 g
こんにやく		10 g
葱		5 g
しょうゆ		8 g
料理酒		5 g
三温糖		0.5 g
塩		0.5 g
出しかつお		0.1 g

## ■お好み焼きとトン平風

お好み焼き	Deli	100 g
-------	------	-------

卵		50 g
---	--	------

豚ミンチ		20 g
------	--	------

塩		0.1 g
---	--	-------

なたね油		3 g
------	--	-----

トンカツソース		15 g
---------	--	------

青のり粉		0.3 g
------	--	-------

花かつお		0.5 g
------	--	-------

## ■切り昆布の煮物

切り昆布の煮物	Deli	40 g
---------	------	------

## ■ごま和え

ほうれん草ごま和え	Deli	35 g
-----------	------	------

## ■みそ汁

豆腐・若布	Deli	15 g
赤みそ (鯉出し入)		12 g
出しかつお		0.1 g
えのき茸		10 g
さつまいも		30 g

## ■焼き魚 (つけ焼き)

サワラのつけ焼き	Deli	50 g
----------	------	------

## ■がんもの含め煮

一口がんもの含め煮	Deli	40 g
-----------	------	------

## ■和え物

ボン酢和え (わか・玉葱)	Deli	40 g
---------------	------	------

サニーレタス (サラダ菜)		10 g
---------------	--	------

## ■みそ汁

じゃがいも・油揚げ	Deli	13 g
-----------	------	------

赤みそ (鯉出し入)		12 g
------------	--	------

出しかつお		0.1 g
-------	--	-------

きぬさや (冷)		20 g
----------	--	------

豚肉 (上)		30 g
--------	--	------

## ■鶏肉の甘酢あんかけ

鶏肉の甘酢あん	Deli	106 g
---------	------	-------

## ■切り干し大根

切り干し大根の煮物	Deli	40 g
-----------	------	------

## ■白和え

ほうれん草の白和え	Deli	30 g
-----------	------	------

## ■みそ汁

キャベツ・油揚げ	Deli	11 g
----------	------	------

赤みそ (鯉出し入)		12 g
------------	--	------

出しかつお		0.1 g
-------	--	-------

ちくわ (1本34g・4本入)		17 g
-----------------	--	------

若布		1 g
----	--	-----

## ■麻婆なす

麻婆なす	Deli	110 g
------	------	-------

## ■野菜ビーフン

野菜ビーフン	Deli	35 g
--------	------	------

## ■和え物

和え物 (キャリ・中華クダゲ)	Deli	30 g
-----------------	------	------

## ■中華スープ

人参・若布	Deli	8.3 g
-------	------	-------

塩		0.5 g
---	--	-------

鶏がらスープ (素)		2 g
------------	--	-----

ごま油 (純正)		0.25 g
----------	--	--------

なると巻 (1本160g)		27 g
---------------	--	------

えのき茸		20 g
------	--	------

豚肉 (上)		20 g
--------	--	------