



## ★★★★ ご利用者さまへのお願いです ★★★★★



これから夏場に向け、食品事故を防ぐためにも

喫食後の容器は、残りなどを廃棄し

**本体とフタの両方**を洗剤で軽く水洗いしてください。



喫食後は…



夕食宅配時に  
容器も回収しております

**本体とフタの両方を必ず洗ってください！**

腐敗などによる食品事故等の予防のためにも、洗浄後のご返却にご協力ください。

## ご存知ですか？ カップは2種類あります。



色付きカップは  
(ピンク・紫・緑色)



**温める！**

温めるとよりおいしいおかず。

白色カップは  
(半透明の白色)



**温めない！**

酢の物、漬け物、デザートなど。



## 6月分 振替案内のお知らせ

ご利用代金

月間メニュー表をご確認ください。

**6月5日(月)～6月30日(金)までの4週間分です。**

引き落とし日

**7月12日(水)引き落とし**【ご入金は引き落とし日前日までをお願いします。】

※12日に口座引き落としされなかった場合、同月27日に再請求を致します。  
(一部の金融機関では再請求できないところもあります。)

※口座引き落としされなかった場合、次回引き落としに手数料がかかります。(200円)

※2回目の口座引き落としができない場合は、夕食宅配のご利用をストップさせていただきます。

・・・ お弁当の変更・中止は ・・・



**0120-4884-16**

必ず**お届け前週の火曜日まで**にご連絡ください。  
(急な入院などの場合もご連絡ください。)

メニューに関すること、その他ご意見などしお寄せください。  
記入後は、キリトリ線で切り離し配達スタッフにお渡しください。

キリトリ

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---







今月の  
おススメ

6月13日(火)タコキャベツフライ

タコの旨みとキャベツの甘みの相性が抜群のフライです。タコに含まれるタウリンは動脈硬化予防や肝機能強化のほか、網膜細胞の機能を正常に保つ働きがあり、目の疲れにも効果を発揮します。

6  
月  
分

振替のお知らせ

詳しいご案内は裏面にあります。

ご利用代金

6月5日(月)~6月30日(金)までの4週間分の  
合計金額となります。

引き落とし日

7月12日(水)引き落とし

※ご入金は引き落とし日  
前日までをお願いします。

| 月                                                                                                                | 火                                                                                           | 水                                                                                      | 木                                                                         | 金                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6/5                                                                                                              | 6                                                                                           | 7                                                                                      | 8                                                                         | 9                                                                                                   |
| 【ゆかりご飯】(238kcal)★子つぶ大福(黄)<br>【ホッケの塩焼き】<br>【春雨とほぐし鶏の酢の物】<br>【ミニハンバーグミートソースかけ】<br>【小松菜のしそ風味サラダ】<br>【すき焼き風大豆肉】おかずのみ | 【白飯】<br>【ロースカツ】<br>【ほうれん草としらす和え】<br>【温野菜明太マヨ和え】<br>【鶏そぼろきんぴら】<br>【キャベツと人参の和風サラダ】おかずのみ       | 【白飯】★プチケーキ<br>【豚焼肉ブルコギ風】<br>【焼きビーフン】<br>【チンゲン菜の胡麻風味サラダ】<br>【ナスと三色ピーマンの中華風マリネ】おかずのみ     | 【白飯】<br>【肉豆腐】<br>【平天の煮物】<br>【小松菜とカニカマの和え物】<br>【大根のコールスローサラダ】おかずのみ         | 【白飯】<br>【メバルのスパイス焼き】<br>【ほうれん草ときざみ揚げの和え物】<br>【大豆とひじき煮】<br>【牛肉コロッケ】<br>【ピーマン塩昆布和え】おかずのみ              |
| 熱量 272 kcal<br>タンパク質 16.6 g<br>脂質 13.3 g<br>炭水化物 20.9 g<br>食塩相当量 2.0 g                                           | 熱量 267 kcal<br>タンパク質 11.0 g<br>脂質 13.3 g<br>炭水化物 26.4 g<br>食塩相当量 2.1 g                      | 熱量 256 kcal<br>タンパク質 8.2 g<br>脂質 16.9 g<br>炭水化物 18.9 g<br>食塩相当量 2.6 g                  | 熱量 242 kcal<br>タンパク質 11.4 g<br>脂質 14.2 g<br>炭水化物 19.4 g<br>食塩相当量 1.9 g    | 熱量 209 kcal<br>タンパク質 10.7 g<br>脂質 10.5 g<br>炭水化物 18.5 g<br>食塩相当量 1.6 g                              |
| 12                                                                                                               | 13                                                                                          | 14                                                                                     | 15                                                                        | 16                                                                                                  |
| 【白飯】<br>【肉団子酢豚風】<br>【春雨と野菜の炒め物】<br>【キャベツとひじきの中華風サラダ】<br>【きんぴらごぼう】おかずのみ                                           | 【白飯】<br>【タコキャベツフライ】<br>【小松菜とえのきのお浸し】<br>【お煮しめ】<br>【ポテトサラダ】<br>【大根とワカメの酢の物】おかずのみ             | 【白飯】<br>【豚肉の生姜焼き】<br>【ほうれん草とちくわの和風サラダ】<br>【エビ団子の煮物】<br>【ふきのゴマ煮】<br>【玉子サラダ】おかずのみ        | 【白飯】★わらび餅<br>【油淋鶏】<br>【がんもの煮物】<br>【チンゲン菜とさつま揚げの和え物】<br>【タケノコ焼売】おかずのみ      | 【わかめご飯】(253kcal)<br>【赤魚のかば焼き風】<br>【青菜のピリ辛和え】<br>【麻婆豆腐】<br>【大根とじゃこのぼん酢和え】<br>【鶏肉と根菜のうま辛煮】おかずのみ       |
| 熱量 223 kcal<br>タンパク質 8.6 g<br>脂質 6.4 g<br>炭水化物 31.7 g<br>食塩相当量 2.7 g                                             | 熱量 316 kcal<br>タンパク質 9.2 g<br>脂質 18.3 g<br>炭水化物 24.4 g<br>食塩相当量 2.5 g                       | 熱量 303 kcal<br>タンパク質 12.9 g<br>脂質 22.2 g<br>炭水化物 12.6 g<br>食塩相当量 2.5 g                 | 熱量 355 kcal<br>タンパク質 13.0 g<br>脂質 22.1 g<br>炭水化物 25.9 g<br>食塩相当量 2.0 g    | 熱量 180 kcal<br>タンパク質 12.2 g<br>脂質 4.1 g<br>炭水化物 14.0 g<br>食塩相当量 2.1 g                               |
| 19                                                                                                               | 20                                                                                          | 21                                                                                     | 22                                                                        | 23                                                                                                  |
| 【白飯】<br>【豚しゃぶ】<br>【麻婆ナス】<br>【ごぼうサラダ】<br>【チンゲン菜とえのきのしそドレ和え】おかずのみ                                                  | 【白飯】★プチシュー<br>【天ぷら盛り合わせ(エビ・イカを含む)】<br>【野菜とさつま揚げの生姜煮】<br>【ほうれん草とコーンの和風サラダ】<br>【中華しゅうまい】おかずのみ | 【鮭ごはん】(246kcal)<br>【メバルの塩焼き】<br>【チンゲン菜とカニカマの和え物】<br>【チキンカツ】<br>【春雨の中華風】<br>【酢ごぼう】おかずのみ | 【白飯】<br>【牛肉野菜炒め】<br>【いなり餃子】<br>【なすの甘味噌炒め】<br>【ツナサラダ】おかずのみ                 | 【白飯】<br>【デミグラスハンバーグ】<br>【南瓜とちくわの煮物】<br>【大豆のクリーム煮】<br>【蓮根のきんぴら】おかずのみ                                 |
| 熱量 239 kcal<br>タンパク質 10.4 g<br>脂質 18.0 g<br>炭水化物 10.2 g<br>食塩相当量 1.5 g                                           | 熱量 319 kcal<br>タンパク質 13.1 g<br>脂質 16.3 g<br>炭水化物 29.4 g<br>食塩相当量 2.1 g                      | 熱量 289 kcal<br>タンパク質 11.5 g<br>脂質 15.9 g<br>炭水化物 24.1 g<br>食塩相当量 1.9 g                 | 熱量 269 kcal<br>タンパク質 13.8 g<br>脂質 20.4 g<br>炭水化物 16.1 g<br>食塩相当量 2.4 g    | 熱量 288 kcal<br>タンパク質 14.4 g<br>脂質 12.5 g<br>炭水化物 31.0 g<br>食塩相当量 2.6 g                              |
| 26                                                                                                               | 27                                                                                          | 28                                                                                     | 29                                                                        | 30                                                                                                  |
| 【白飯】<br>【オムレットマトソース】<br>【チキンマカロニグラタン風】<br>【ほうれん草和風サラダ】<br>【南瓜のバター煮】おかずのみ                                         | 【いりこ菜飯】<br>【鶏の唐揚げ】<br>【紅白なます】<br>【豆腐とごぼうの炒め物】<br>【小松菜とかまぼこのお浸し】<br>【タケノコのきんぴら】おかずのみ         | 【白飯】<br>【サバの味噌煮】<br>【根菜の和サラダ】<br>【かぼちゃと野菜のカレー煮】<br>【ほうれん草の胡麻和え】<br>【切干大根の煮物】おかずのみ      | 【白飯】<br>【豆腐ステーキ】<br>【野菜と蒲鉾の煮物】<br>【カニカマとカリフラワーの酢の物】<br>【チンゲン菜の和風サラダ】おかずのみ | 【白飯】★子つぶ大福(草)<br>【チキンカツミートソース】<br>【キャベツとひじきの和風サラダ】<br>【彩り野菜オムレツ】<br>【小松菜ときざみ揚げの和え物】<br>【甘辛ごぼう】おかずのみ |
| 熱量 268 kcal<br>タンパク質 10.9 g<br>脂質 12.6 g<br>炭水化物 26.6 g<br>食塩相当量 2.1 g                                           | 熱量 292 kcal<br>タンパク質 14.1 g<br>脂質 17.7 g<br>炭水化物 19.6 g<br>食塩相当量 1.9 g                      | 熱量 260 kcal<br>タンパク質 14.3 g<br>脂質 13.5 g<br>炭水化物 19.2 g<br>食塩相当量 1.9 g                 | 熱量 347 kcal<br>タンパク質 13.5 g<br>脂質 15.2 g<br>炭水化物 37.3 g<br>食塩相当量 2.8 g    | 熱量 280 kcal<br>タンパク質 12.5 g<br>脂質 19.7 g<br>炭水化物 29.6 g<br>食塩相当量 2.1 g                              |

- お届け後は冷蔵庫に保管し、配送当日の21時までにお召し上がりください。
- 容器は直接火にかけず、電子レンジで500W:1分30秒~2分、600W:1分15秒~1分40秒程度温めてください。
- 食材入荷の都合により、メニューを変更させて頂く場合があります。ご了承ください。
- お米は国産米であり、約140gです。熱量(カロリー)は140gあたり235kcalです。

- 栄養値は献立作成時の計算値のため、食材・分量調整により前後することがあります。
- 栄養成分値はおかずのみの値です。
- 本製造工場では、卵・乳・小麦・エビ・カニ・そば・落花生等を含む製品を生産しています。
- 『★デザート』の表記はデザートのご提供となります。誤ってレンジにかけないでください。

空容器は、次回の配達時に回収しますので『洗剤』で軽く洗ってご返却下さい。(容器内にゴミがない状態でお返しくださいますようお願いいたします。)

..... ⚠️ ご注意ください .....

メニュー変更、中止などの場合は、お届け前週の火曜日18時までにご連絡ください。  
火曜日18時を過ぎますと、次週以降の変更ができなくなります。変更期日を過ぎた変更につきましては、  
代金をお支払い頂くことになります。予約注文のためご了承ください。

お問合せ

月曜日~金曜日【9:00~18:00】



0120-4884-16