



★★★★ 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。



白色カップは
(半透明の白色)



温める！

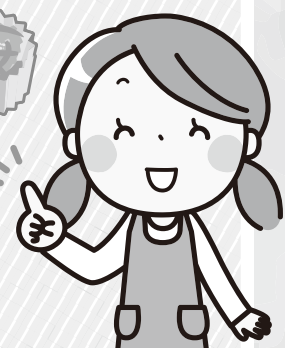
温めるとよりおいしいおかず。

色付きカップは
(ピンク・紫・緑色)



温めない！

酢の物、漬け物、デザートなど。



11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。

10月30日(月)~12月1日(金)までの期間分です。

引き落とし日

12月12日(火)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。



11月メニュー表

今月の
おススメ

11月15日(水)
エビカツデミグラスソースかけ

エビは強い抗酸化作用を持つアスタキサンチンや、肝機能を高めるタウリンといった栄養を豊富に含んでいます。

11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

10月30日(月)～12月1日(金)までの期間分の合計金額となります。

引き落とし日

12月12日(火)引き落とし

※ご入金引き落とし日前日までをお願いします。

月	火	水	木	金
10/30	31	11/1	2	3
【白飯】 【タコキャベツフライ】 【大根とひじきの和風サラダ】 【野菜オムレツ】 【小松菜ときざみ揚げの和え物】 【切干と野菜のツナサラダ】おかずのみ	【白飯】 【アジしそ巻きフライ】 【ほうれん草の昆布お浸し】 【麻婆ナス】 【春雨とほぐし鶏の酢の物】 【★カットどらやきケーキ】おかずのみ	【白飯】 【いなり餃子】 【カニカマとカリフラワーの酢の物】 【チキンピカタ】 【チンゲン菜とさつま揚げの和え物】 【がんもの煮物】 おかずのみ	【豆ご飯】(236kcal) 【豚の生姜焼き】 【小松菜の中華ドレッシング和え】 【高野の煮物】 【インゲンの胡麻和え】 【かぼちゃサラダ】 おかずのみ	【白飯】★わらび餅（抹茶） 【メバルの塩焼き】 【ひじきのコールスロー】 【切干と枝豆の煮物】 【ミニエビカツ】 【卵の花】 おかずのみ
熱量 281 kcal タンパク質 7.3 g 脂質 13.0 g 炭水化物 27.3 g 食塩相当量 1.7 g	熱量 277 kcal タンパク質 8.4 g 脂質 14.0 g 炭水化物 25.7 g 食塩相当量 1.4 g	熱量 258 kcal タンパク質 12.1 g 脂質 14.8 g 炭水化物 18.3 g 食塩相当量 2.2 g	熱量 253 kcal タンパク質 10.8 g 脂質 15.1 g 炭水化物 18.3 g 食塩相当量 2.1 g	熱量 263 kcal タンパク質 13.1 g 脂質 10.6 g 炭水化物 28.1 g 食塩相当量 2.3 g
6	7	8	9	10
【おかかご飯】(245kcal) 【豚焼肉サラダ】 【焼きビーフン】 【インゲンのピリ辛和え】 【タケノコ焼売】 おかずのみ	【白飯】★ミニ大福（黄） 【ミニチキンカツ】 【紅白なます】 【麻婆豆腐】 【小松菜の昆布お浸し】 【蓮根のきんぴら】 おかずのみ	【白飯】 【タラの照り焼き風】 【小松菜の胡麻和え】 【牛肉野菜炒め】 【大豆とひじき煮】 【大根の煮物】 おかずのみ	【白飯】 【照り焼きハンバーグ】 【がんもの煮物】 【ほうれん草と蒲鉾の和え物】 【ごぼうサラダ】 おかずのみ	【白飯】 【ロースカツ】 【青菜の中華和え】 【野菜の生姜煮】 【大豆トマト煮込み】 【大根とワカメの酢の物】おかずのみ
熱量 280 kcal タンパク質 10.7 g 脂質 17.5 g 炭水化物 21.6 g 食塩相当量 2.2 g	熱量 311 kcal タンパク質 14.5 g 脂質 20.3 g 炭水化物 31.7 g 食塩相当量 2.8 g	熱量 214 kcal タンパク質 12.9 g 脂質 11.7 g 炭水化物 13.8 g 食塩相当量 2.0 g	熱量 281 kcal タンパク質 13.4 g 脂質 15.3 g 炭水化物 21.5 g 食塩相当量 2.8 g	熱量 231 kcal タンパク質 8.0 g 脂質 11.8 g 炭水化物 23.6 g 食塩相当量 1.8 g
13	14	15	16	17
【白飯】 【白身フライタルタルソース】 【チキンマカロニグラタン風】 【ポテトサラダ】 【南瓜のバター煮】 おかずのみ	【高菜ご飯】(222kcal) 【豆腐ステーキ】 【白菜と枝豆の煮物】 【チンゲン菜しそ風味サラダ】 【切干と人参のナムル】おかずのみ	【白飯】★わらび餅 【エビカツ デミグラスソースかけ】 【鶏団子の煮物】 【ほうれん草と椎茸の煮浸し】 【キャベツのコールスロー】おかずのみ	【白飯】 【赤魚の煮つけ】 【チンゲン菜とカニカマの胡麻風味サラダ】 【きんぴらごぼう】 【白菜のクリーム和え】 【刻み昆布煮】 おかずのみ	【白飯】 【肉豆腐】 【お煮しめ】 【大根の和風ドレッシング和え】 【マカロニカレー風サラダ】おかずのみ
熱量 273 kcal タンパク質 10.7 g 脂質 13.8 g 炭水化物 26.1 g 食塩相当量 1.5 g	熱量 348 kcal タンパク質 9.6 g 脂質 21.3 g 炭水化物 29.2 g 食塩相当量 2.6 g	熱量 278 kcal タンパク質 10.1 g 脂質 11.4 g 炭水化物 32.6 g 食塩相当量 2.2 g	熱量 254 kcal タンパク質 9.2 g 脂質 10.9 g 炭水化物 27.5 g 食塩相当量 2.4 g	熱量 283 kcal タンパク質 11.4 g 脂質 14.8 g 炭水化物 25.4 g 食塩相当量 2.1 g
20	21	22	23 勤労感謝の日(祝日)	24
【白飯】 【天ぷら盛り合わせ(エビ・イカ含む)】 【白菜と蒲鉾の生姜煮】 【中華焼売】 【小松菜ときざみ揚げの和え物】おかずのみ	【白飯】 【肉団子酢豚風】 【チキンカットマトソース】 【インゲンのピリ辛和え】 【酢ごぼう】 おかずのみ	【白飯】 【サバの味噌煮】 【チンゲン菜とタケノコのナムル】 【春雨と野菜の炒めもの】 【エビ団子】 【鶏と根菜のうま辛煮】おかずのみ	【白飯】★ミニ大福(白) 【鶏の唐揚げ】 【小松菜としらす和え】 【野菜とさつま揚げの生姜煮】 【ピーマンの塩昆布和え】 【大根とワカメの酢の物】おかずのみ	【いりこ菜飯】(240kcal) 【目玉焼きフライ】 【ほうれん草ときざみ揚げの和え物】 【ミニハンバーグミートソース】 【玉ねぎとえのきのぼん酢和え】 【ポテトサラダ】 おかずのみ
熱量 347 kcal タンパク質 17.3 g 脂質 12.3 g 炭水化物 40.9 g 食塩相当量 2.2 g	熱量 299 kcal タンパク質 12.7 g 脂質 18.0 g 炭水化物 17.3 g 食塩相当量 2.0 g	熱量 259 kcal タンパク質 19.8 g 脂質 12.0 g 炭水化物 24.7 g 食塩相当量 2.6 g	熱量 331 kcal タンパク質 10.9 g 脂質 20.3 g 炭水化物 20.9 g 食塩相当量 2.4 g	熱量 317 kcal タンパク質 13.4 g 脂質 14.5 g 炭水化物 29.4 g 食塩相当量 2.1 g
27	28	29	30	12/1
【白飯】 【メバルのスパイス焼き風】 【野菜ツナサラダ】 【牛肉コロッケ】 【小松菜の中華和え】 【なすの甘味噌炒め】おかずのみ	【白飯】★カップゼリー 【オムレツデミグラスソース】 【南瓜とちくわの煮物】 【大豆クリーム煮】 【タケノコのきんぴら】おかずのみ	【わかめご飯】(253kcal) 【豚肉の中華味噌炒め風】 【麻婆茄子】 【卵の花サラダ】 【小松菜とえのきのしそドレ和え】おかずのみ	【白飯】 【タルタル風味マグロカツ】 【ほうれん草と蒲鉾の和え物】 【ナスと厚揚げの煮物】 【ちくわケチャップ炒め】 【マカロニサラダ】 おかずのみ	【白飯】 【牛肉野菜炒め】 【温野菜明太マヨ和え】 【インゲンの胡麻和え】 【玉子サラダ】 おかずのみ
熱量 276 kcal タンパク質 11.0 g 脂質 16.6 g 炭水化物 21.4 g 食塩相当量 1.9 g	熱量 254 kcal タンパク質 10.4 g 脂質 11.2 g 炭水化物 27.6 g 食塩相当量 2.2 g	熱量 259 kcal タンパク質 12.9 g 脂質 17.2 g 炭水化物 16.6 g 食塩相当量 1.8 g	熱量 301 kcal タンパク質 14.5 g 脂質 17.5 g 炭水化物 17.6 g 食塩相当量 2.1 g	熱量 268 kcal タンパク質 15.3 g 脂質 11.2 g 炭水化物 31.1 g 食塩相当量 2.0 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】

フリーコール

0120-4884-16