



お盆配達、メニュー変更・中止等についてのご案内

 **8月12日(月)・13日(火)の2日間はお盆休みとさせていただきます。(それ以外は通常通りです)**

※新規利用者の登録、利用再開者の受付しめきりはお届け週1週間前の火曜日夕方6時までとなっております。

| 8月 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------|----|---|---|-----------|---------|--------------------------------|-------|
| 7/28 | 休み | 7/29 通常配達 | 7/30 通常配達 8月5日(月)~分の 変更締め切り日 | 7/31 通常配達 | 1 通常配達 | 2 通常配達 | 3 休み |
| 4 | 休み | 5 通常配達 | 6 通常配達 8月14日(水)~2週分の 変更締め切り日 | 7 通常配達 | 8 通常配達 | 9 通常配達 冷凍丼5種お届け (注文された方) | 10 休み |
| 11 (山の日) | 休み | 12 (振替休日)  休み | 13 変更受付休止  休み | 14 通常配達 | 15 通常配達 | 16 通常配達 | 17 休み |
| 18 | 休み | 19 通常配達 | 20 通常配達 8月26日(月)~分の 変更締め切り日 | 21 通常配達 | 22 通常配達 | 23 通常配達 | 24 休み |

- 7月30日(火) 18:00締め切り日は、8月5日(月)~8月9日(金)の変更中止の締め切り日です。
- 8月6日(火) 18:00締め切り日は、8月14日(水)~8月23日(金)の2週分変更中止の締め切り日です。
- 8月13日(火) 締め切り日はお休みの為、8月20日(火)~8月23日(金)の変更中止は8月6日(火)18:00までに。
- 8月20日(火) 18:00締め切り日は、8月26日(月)~8月31日(金)の変更中止の締め切り日です。

7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。

7月1日(月)~8月2日(金)までの期間分です。

引き落とし日

8月13日(火)引き落とし【ご入金引き落とし日前日までお願いします。】

- ※13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・18時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。)

メニューに関する事、その他ご意見どしどしお寄せください。
記入後は、キトリ線で切り離し配達スタッフにお渡してください。

キトリ



7月メニュー表

今月のおすすめ **7月7日(月) 豚しゃぶ**
 豚肉にはビタミンB1、ビタミンB群が豊富に含まれており、疲労回復や二日酔いに効果が期待できます。

7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 7月1日(月)~8月2日(金)までの期間分の合計金額となります。
引き落とし日 8月13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。

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|---|--|--|--|
| 7/1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 【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】 【ほうれん草とさつま揚げの和え物】 【がんもの煮物】 おかずのみ 熱量 255 kcal タンパク質 12.4 g 脂質 14.8 g 炭水化物 17.2 g 食塩相当量 2.0 g | 【白飯】★カップゼリー 【ロースカツ】 【青菜の中華和え】 【野菜とさつま揚げの生姜煮】 【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 249 kcal タンパク質 7.8 g 脂質 11.6 g 炭水化物 28.6 g 食塩相当量 1.8 g | 【白飯】 【豆腐ハンバーグ野菜あんかけ】 【大豆とひじき煮】 【インゲンのピリ辛和え】 【キャベツと人参の和風サラダ】おかずのみ 熱量 245 kcal タンパク質 8.8 g 脂質 13.3 g 炭水化物 23.2 g 食塩相当量 2.2 g | 【おかかご飯】(245kcal) 【鶏の唐揚げ】 【春雨とほくし鶏の酢の物】 【大根の肉じゃが風】 【チンゲン菜の和え物】 【ツナマヨサラダ】 おかずのみ 熱量 355 kcal タンパク質 12.9 g 脂質 24.6 g 炭水化物 20.3 g 食塩相当量 2.3 g | 【白飯】 【サーモンフライ】 【切干と人参のナムル】 【中華野菜炒め風】 【分葱の酢味噌和え】 【玉子サラダ】 おかずのみ 熱量 299 kcal タンパク質 10.3 g 脂質 16.9 g 炭水化物 26.7 g 食塩相当量 2.5 g |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 【筍ご飯】(245kcal) 【豚しゃぶ】 【切干大根と枝豆の煮物】 【卵の花】 【★ミニ大福(黄)ごはんのみ】 【★揚げ餅】おかずのみ 熱量 267 kcal タンパク質 8.7 g 脂質 13.2 g 炭水化物 28.8 g 食塩相当量 1.4 g | 【白飯】 【ハンバーグ】 【人参と青菜の胡麻炒め風】 【コーンと枝豆のサラダ】 【もやしの塩昆布和え】おかずのみ 熱量 316 kcal タンパク質 13.9 g 脂質 16.0 g 炭水化物 27.5 g 食塩相当量 2.7 g | 【白飯】 【イカ天と野菜の甘酢ダレ】 【大豆のクリーム煮】 【ほうれん草と大根ナムル】 【高野の煮物】 おかずのみ 熱量 266 kcal タンパク質 11.6 g 脂質 13.0 g 炭水化物 25.2 g 食塩相当量 1.9 g | 【わかめご飯】(253kcal) 【さっぱりおろしほん酢チキンカツ】 【大根のそぼろあんかけ】 【チンゲン菜のピリ辛和え】 【インゲン胡麻マヨサラダ】おかずのみ 熱量 263 kcal タンパク質 8.9 g 脂質 14.1 g 炭水化物 25.1 g 食塩相当量 2.6 g | 【白飯】 【メバルのスパイス焼き風】 【野菜のツナサラダ】 【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 熱量 262 kcal タンパク質 10.8 g 脂質 13.5 g 炭水化物 24.2 g 食塩相当量 1.7 g |
| 15 海の日(祝日) | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 【白飯】 【チキン南蛮風】 【高野の玉子とし】 【三色ピーマンの和風マリネ】 【牛蒡の甘煮】 おかずのみ ※祝日お休み登録の方は配達はありません。 熱量 310 kcal タンパク質 15.9 g 脂質 15.2 g 炭水化物 26.8 g 食塩相当量 2.4 g | 【白飯】★プチシュークリーム 【豚肉の生姜焼き風】 【平天の煮物】 【小松菜ときざみ揚げの和え物】 【大根の胡麻風味サラダ】おかずのみ 熱量 276 kcal タンパク質 10.0 g 脂質 14.7 g 炭水化物 26.0 g 食塩相当量 2.0 g | 【高菜ご飯】(222kcal) 【豆腐ステーキ】 【野菜と蒲鉾の煮物】 【玉ねぎとえきのぼん酢和え】 【チンゲン菜の中華サラダ】おかずのみ 熱量 270 kcal タンパク質 7.4 g 脂質 15.6 g 炭水化物 25.2 g 食塩相当量 2.1 g | 【白飯】 【サバの味噌煮】 【ほうれん草とタケノコのナムル】 【春雨と野菜の炒めもの】 【エビ団子の煮物】 【キャベツとひじきのコールスロー】おかずのみ 熱量 199 kcal タンパク質 10.1 g 脂質 7.5 g 炭水化物 22.3 g 食塩相当量 2.6 g | 【白飯】 【天ぷら(エビ含む)】 【野菜とさつま揚げの生姜煮】 【大根なます】 【小松菜のしそ風味サラダ】おかずのみ 熱量 302 kcal タンパク質 10.4 g 脂質 15.0 g 炭水化物 31.1 g 食塩相当量 2.3 g |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 【白飯】 【チャプチェ】 【ミートオムレツ】 【ほうれん草とさつま揚げの和え物】 【鮭入りポテトサラダ】おかずのみ 熱量 228 kcal タンパク質 8.2 g 脂質 9.2 g 炭水化物 28.1 g 食塩相当量 2.9 g | 【白飯】 【牛肉野菜炒め風】 【ちくわとカボチャの煮物】 【コールスローサラダ】 【小松菜と椎茸の煮浸し】おかずのみ 熱量 295 kcal タンパク質 9.6 g 脂質 17.0 g 炭水化物 26.7 g 食塩相当量 1.8 g | 【白飯】 【ハンバーグステーキ】 【ひじきと大豆の煮物】 【インゲンの胡麻和え】 【ブロッコリーおかか昆布和え】おかずのみ 熱量 323 kcal タンパク質 15.6 g 脂質 17.4 g 炭水化物 24.9 g 食塩相当量 2.6 g | 【白飯】 【タラのカレー風味天ぷら】 【切干大根の煮物】 【茄子のみぞれあん】 【枝豆煮】 おかずのみ 熱量 258 kcal タンパク質 11.8 g 脂質 11.1 g 炭水化物 27.4 g 食塩相当量 1.6 g | 【白飯】★ミニ大福(赤) 【油淋鶏】 【ナポリタンスパゲティ】 【ふきの胡麻和え】 【キャベツと人参の和風サラダ】おかずのみ 熱量 299 kcal タンパク質 9.1 g 脂質 18.3 g 炭水化物 25.0 g 食塩相当量 1.6 g |
| 29 | 30 | 31 | 8/1 | 2 |
| 【白飯】 【アジしそ巻きフライ】 【紅白なます】 【麻婆豆腐】 【インゲンのピリ辛和え】 【蓮根のきんぴら】 おかずのみ 熱量 239 kcal タンパク質 9.1 g 脂質 11.9 g 炭水化物 24.0 g 食塩相当量 2.4 g | 【白飯】 【目玉焼きフライ】 【大根の胡麻風味サラダ】 【温野菜明太マヨ味】 【チンゲン菜ときざみ揚げの和え物】 【牛蒡の甘煮】 おかずのみ 熱量 263 kcal タンパク質 9.4 g 脂質 14.5 g 炭水化物 23.4 g 食塩相当量 1.8 g | 【白飯】 【厚揚げとナスの和風あんかけ】 【きんぴらごぼう】 【小松菜としらす和え】 【肉団子の煮物】 おかずのみ 熱量 277 kcal タンパク質 10.0 g 脂質 11.1 g 炭水化物 34.7 g 食塩相当量 2.8 g | 【白飯】★わらび餅 【キーマーカレー風】 【揚げギョーザの甘酢あんかけ】 【ポテトサラダ】 【青梗菜炒め】 おかずのみ 熱量 277 kcal タンパク質 7.4 g 脂質 12.9 g 炭水化物 33.3 g 食塩相当量 2.4 g | 【豆ご飯】(236kcal) 【豚肉のデミグラスソース煮込み風】 【茄子の煮物】 【オーロラサラダ】 【ほうれん草とさつま揚げの和え物】おかずのみ 熱量 257 kcal タンパク質 8.0 g 脂質 18.4 g 炭水化物 15.1 g 食塩相当量 1.7 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**こととなります。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**