

日	月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---	---

常温

ごつ盛りソーセージ 145g×20本

一本で満足できる145gのビッグサイズソーセージ！
魚の風味を生かした味わいです。
そのまま食べられるので、
料理はもちろん、おやつ・おつまみにもぜひ♪

※アレルギー：小麦・卵
使用魚は「えび・かに」が混ざる漁法で採取しています

3,100円(税込・送料別)



3月3日(月)ご注文分から
価格改定しております。
お客様にはご迷惑をおかけ致しますが、
ご理解の程お願い申し上げます。



1 **プリの漬け焼き**

●栄養価
工:170kcal
蛋:12.0g
脂:8.3g
炭:12.0g
塩:1.3g

●献立
プリの漬け焼き
大根と椎茸の煮物
小松菜と玉子のだし和え
白滝のおかか煮

●小麦・乳・卵

2 **牛肉と野菜のオイスター炒め**

●栄養価
工:165kcal
蛋:6.3g
脂:7.9g
炭:16.8g
塩:1.3g

●献立
牛肉と野菜のオイスター炒め
オクラの胡麻和え
花しんじょうと大根の煮物
南瓜煮

●小麦・えび

3 **アジソフライ**

●栄養価
工:179kcal
蛋:8.0g
脂:10.0g
炭:17.3g
塩:1.3g

●献立
アジソフライ
ソーセージと野菜のカレー風味
ピーマンとナスの炒め物
ほうれん草の辛子和え

●小麦・乳・卵・落花生

4 **チキンのトマトソースかけ**

●栄養価
工:180kcal
蛋:7.4g
脂:8.7g
炭:18.0g
塩:1.2g

●献立
チキンスターキトマトソースかけ
かぼちゃサラダ
小松菜の柚子和え
人参のつや煮

●小麦・乳・卵

5 **赤魚の煮付け**

●栄養価
工:172kcal
蛋:9.9g
脂:7.8g
炭:16.1g
塩:1.3g

●献立
赤魚の煮付け
チンゲン菜の炒め物
大学芋
枝豆と大豆のペペロンチーノ風

●小麦・乳・卵・かに

6 **洋風ロールキャベツ**

●栄養価
工:162kcal
蛋:6.5g
脂:8.0g
炭:17.0g
塩:1.3g

●献立
洋風ロールキャベツ
大豆とソーセージのトマト煮込み
かぼちゃサラダ
玉葱と人参のめんつゆ煮

●小麦・乳・卵

7 **海鮮塩炒め**

●栄養価
工:176kcal
蛋:14.3g
脂:10.3g
炭:10.2g
塩:1.3g

●献立
海鮮塩炒め
柚子風味和え
人参シリシリ
マーボナス

●小麦・乳・卵・えび

8 **豚と野菜のピリ辛炒め**

●栄養価
工:174kcal
蛋:8.6g
脂:9.4g
炭:14.2g
塩:1.3g

●献立
豚と野菜のピリ辛炒め
ナスのトマトソース
だし巻き玉子
ズッキーニとハムのソテー

●小麦・乳・卵

9 **麻婆豆腐**

●栄養価
工:176kcal
蛋:10.8g
脂:10.5g
炭:15.7g
塩:1.3g

●献立
麻婆豆腐
蒸し鶏のニラソースかけ
ほうれん草のナムル
りんごのコンポート

●小麦・卵・落花生

10 **真あじのしそ巻き天ぷら**

●栄養価
工:148kcal
蛋:8.7g
脂:5.7g
炭:15.8g
塩:1.3g

●献立
真あじのしそ巻き天ぷら
マーボー豆腐
ほうれん草の煮浸し
コーンのバター風味

●小麦・乳・卵

11 **和風きのこおろしハンバーグ**

●栄養価
工:174kcal
蛋:6.5g
脂:8.6g
炭:17.6g
塩:1.3g

●献立
和風きのこおろしハンバーグ
ひじき煮
豆腐のかにあんかけ
焼き南瓜の煮浸し

●小麦・乳・卵・かに

12 **ハッシュドビーフ**

●栄養価
工:176kcal
蛋:8.1g
脂:7.7g
炭:18.6g
塩:1.2g

●献立
ハッシュドビーフ
プレーンオムレツ
キャベツと鶏肉のコンソメソテー
ブロッコリーのバター煮

●小麦・乳・卵

13 **あじ入りさんが(中華甘酢ソース)**

●栄養価
工:161kcal
蛋:11.2g
脂:8.5g
炭:10.7g
塩:1.3g

●献立
あじ入りさんが(中華甘酢ソース)
マーボー豆腐
ほうれん草の煮浸し
人参のナムル
枝豆

●小麦・卵

14 **鶏と大根の照り煮**

●栄養価
工:162kcal
蛋:7.0g
脂:6.5g
炭:20.4g
塩:1.2g

●献立
鶏と大根の照り煮
ハムとキャベツのマリネ
さつま芋の甘露煮
ブロッコリーと人参のソテー

●小麦・乳・卵

15 **家常豆腐**

●栄養価
工:179kcal
蛋:5.0g
脂:10.9g
炭:15.3g
塩:1.3g

●献立
家常豆腐
春巻
ほうれん草と春雨の中華スープ煮
人参のナムル

●小麦・乳・卵・えび・落花生

16 **サワラの西京焼き**

●栄養価
工:159kcal
蛋:13.7g
脂:7.3g
炭:10.0g
塩:1.0g

●献立
サワラの西京焼き
糸コンと鶏肉の煮物
きのこ生炒め
赤ピーマンソテー

●小麦

17 **チキンオムレツ**

●栄養価
工:122kcal
蛋:6.2g
脂:5.9g
炭:11.5g
塩:1.3g

●献立
チキンオムレツ
豆腐の煮やっこ
チンゲン菜とコーンの中華炒め
ひじきと豆のサラダ

●小麦・乳・卵・えび・かに

18 **カレー肉じゃが**

●栄養価
工:179kcal
蛋:6.0g
脂:10.3g
炭:16.4g
塩:1.3g

●献立
カレー肉じゃが
彩りしんじょう
温野菜サラダ
ほうれん草のおかか和え

●小麦・乳・卵

19 **海鮮チリソース炒め**

●栄養価
工:151kcal
蛋:12.0g
脂:6.4g
炭:12.5g
塩:1.3g

●献立
海鮮チリソース炒め
しっとり卵の花
枝豆の煮浸し
若竹煮

●小麦・卵・えび・かに

20 **鶏肉と野菜の和風あん**

●栄養価
工:176kcal
蛋:8.6g
脂:10.9g
炭:11.6g
塩:1.3g

●献立
鶏肉と野菜の和風あん
ほうれん草とはんぺんの玉子とじ
ポテトサラダ
もやしの中華スープ煮

●小麦・乳・卵

21 **ハンバーグトマトソース**

●栄養価
工:166kcal
蛋:6.4g
脂:9.1g
炭:14.3g
塩:1.3g

●献立
ハンバーグトマトソース
じゃが芋ベーコン炒め
ブロッコリーとカリフラワーのきのこあんかけ
タマゴサラダ

●小麦・乳・卵・えび

22 **プリの漬け焼き**

●栄養価
工:170kcal
蛋:12.0g
脂:8.3g
炭:12.0g
塩:1.3g

●献立
プリの漬け焼き
大根と椎茸の煮物
小松菜と玉子のだし和え
白滝のおかか煮

●小麦・乳・卵

23 **牛肉と野菜のオイスター炒め**

●栄養価
工:165kcal
蛋:6.3g
脂:7.9g
炭:16.8g
塩:1.3g

●献立
牛肉と野菜のオイスター炒め
オクラの胡麻和え
花しんじょうと大根の煮物
南瓜煮

●小麦・えび

24 **アジソフライ**

●栄養価
工:179kcal
蛋:8.0g
脂:10.0g
炭:17.3g
塩:1.3g

●献立
アジソフライ
ソーセージと野菜のカレー風味
ピーマンとナスの炒め物
ほうれん草の辛子和え

●小麦・乳・卵・落花生

25 **チキンのトマトソースかけ**

●栄養価
工:180kcal
蛋:7.4g
脂:8.7g
炭:18.0g
塩:1.2g

●献立
チキンスターキトマトソースかけ
かぼちゃサラダ
小松菜の柚子和え
人参のつや煮

●小麦・乳・卵

26 **赤魚の煮付け**

●栄養価
工:172kcal
蛋:9.9g
脂:7.8g
炭:16.1g
塩:1.3g

●献立
赤魚の煮付け
チンゲン菜の炒め物
大学芋
枝豆と大豆のペペロンチーノ風

●小麦・乳・卵・かに

27 **洋風ロールキャベツ**

●栄養価
工:162kcal
蛋:6.5g
脂:8.0g
炭:17.0g
塩:1.3g

●献立
洋風ロールキャベツ
大豆とソーセージのトマト煮込み
かぼちゃサラダ
玉葱と人参のめんつゆ煮

●小麦・乳・卵

28 **海鮮塩炒め**

●栄養価
工:176kcal
蛋:14.3g
脂:10.3g
炭:10.2g
塩:1.3g

●献立
海鮮塩炒め
柚子風味和え
人参シリシリ
マーボナス

●小麦・乳・卵・えび

29 **豚と野菜のピリ辛炒め**

●栄養価
工:174kcal
蛋:8.6g
脂:9.4g
炭:14.2g
塩:1.3g

●献立
豚と野菜のピリ辛炒め
ナスのトマトソース
だし巻き玉子
ズッキーニとハムのソテー

●小麦・乳・卵

30 **麻婆豆腐**

●栄養価
工:176kcal
蛋:10.8g
脂:10.5g
炭:15.7g
塩:1.3g

●献立
麻婆豆腐
蒸し鶏のニラソースかけ
ほうれん草のナムル
りんごのコンポート

●小麦・卵・落花生

31 **真あじのしそ巻き天ぷら**

●栄養価
工:148kcal
蛋:8.7g
脂:5.7g
炭:15.8g
塩:1.3g

●献立
真あじのしそ巻き天ぷら
マーボー豆腐
ほうれん草の煮浸し
コーンのバター風味

●小麦・乳・卵

おいしいお召上がり方

①冷凍庫から取り出し、袋の端を切る

②レンジでチン！
※電子レンジ使用時間は目安です。
機種・使用年数などにより異なる場合がございます。

③出来上がり！
お皿に移し替えてお召上がりください。
容器のまま召上がる場合は箸などでほぐしてください。

