



副菜

3食	5食倍量
品目	根菜きんぴら
原材料名	ごぼう(中国産)、蓮根水煮、人参、薄口醤油、本みりん、だし汁、白ごま、ごま油、砂糖、麦芽糖、寒天/pH調整剤、調味料(アミノ酸)、酒精、メタリン酸Na、酸化防止剤(V.C)、増粘多糖類、漂白剤(亜硫酸塩)、(一部に小麦・ごま・さば・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量63kcal、蛋白質1.4g、脂質1.1g、炭水化物12.8g、食塩相当量1.05g(推定値)

3食	5食倍量
品目	小松菜のチャプチェ風
原材料名	春雨(中国製造)、小松菜、豚挽肉、ぶなしめじ、きくらげ、オスターソース、人参、濃口醤油、本みりん、ごま油、料理酒、サラダ油、生姜、白ごま、にんにく、麦芽糖、寒天/ソルビット、調味料(アミノ酸等)、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、香料、酸味料、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、乳化剤、(一部に小麦・ごま・大豆・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量77kcal、蛋白質3.1g、脂質4.2g、炭水化物7.7g、食塩相当量0.53g(推定値)

3食	5食
品目	もち麦と5種豆の彩りサラダ
原材料名	豆(白いんげん豆、ひよこ豆、赤いんげん豆、いんげん豆)(国内製造)、グリーンピース、枝豆、イタリアドレッシング、キャロットサラダ、黄パプリカ、タレ(レズ豆、もち麦、ククス、クッキー、ピーマン、塩)、粒入りマスタード/pH調整剤、グリーン、糊料(増粘多糖類、加工澱粉)、調味料(アミノ酸等)、酢酸Na、香辛料、クエン酸、着色料(クチ)、(一部に小麦・ホジ・大豆・鶏肉・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量97kcal、蛋白質6.9g、脂質4g、炭水化物8.2g、食塩相当量0.68g(推定値)

3食	5食
品目	厚揚げの南蛮漬け
原材料名	厚揚げ(国内製造)、玉ねぎ、米酢、パプリカ、濃口醤油、本みりん、人参、砂糖、麦芽糖、寒天/加工澱粉、凝固剤、酵素、増粘多糖類、(一部に小麦・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量75kcal、蛋白質3.5g、脂質2.7g、炭水化物10g、食塩相当量0.78g(推定値)

3食	5食
品目	いぶりがっことクリームチーズのポテトサラダ
原材料名	ポテトサラダベース(国内製造)、サラダクリームドレッシング、いぶりがっこと、チュルチーズ、ブレイクチーズ、ベーコン、サラダ油、パセリ/糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、酸味料、塩化ナトリウム、酸化防止剤(V.C)、香辛料、乳化剤、pH調整剤、着色料(クチ)、発色剤(亜硝酸Na)、(一部に卵・乳成分・ゼラチン・大豆・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量89kcal、蛋白質2.1g、脂質4.5g、炭水化物10.3g、食塩相当量0.4g(推定値)

5食	
品目	きのこベーコンのニンニク醤油炒め
原材料名	エリンギ(国産)、ぶなしめじ、舞茸、ベーコン、にんにくの芽、オリーブオイル、料理酒、濃口醤油、にんにく、砂糖、無塩バター、麦芽糖、寒天/リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、塩化Na、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、酸味料、着色料(クチ)、発色剤(亜硝酸Na)、増粘多糖類、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量74kcal、蛋白質2.9g、脂質5.3g、炭水化物4.8g、食塩相当量0.4g(推定値)

名称	そうざい
保存方法及び消費期限	容器側面に記載
製造者	株式会社Antway 東京都千代田区神田駿河台1丁目8-11 東京YWCA会館8階
内容量	すべての品目で4人前をお届けしております

主菜

3食	5食
品目	チキンのトマトクリームソース
原材料名	鶏もも肉(タイ産)、トマトソース、ソートド・オignon、マッシュルーム、牛乳、オリーブオイル、ブロッコリー、塩こしょう、乳等を主要原料とする食品、オリーブオイル/糊料(加工澱粉、キサンタン)、酸味料、着色料(カラメル)、酒精、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、加工澱粉、pH調整剤、香料、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量295kcal、蛋白質20.6g、脂質20g、炭水化物10.5g、食塩相当量1.2g(推定値)

3食	5食
品目	7品目の野菜塩麹いため
原材料名	豚バラ肉(輸入)、スウィート・ポテト、ブロッコリー、キャベツ、玉ねぎ、塩こしょう、サラダ油、薄口醤油、ごま油、にんにく、生姜、澱粉配合調味料、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸等)、加工澱粉、酒精、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、増粘多糖類、乳化剤、酸味料、(一部に小麦・卵・ごま・大豆・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量272kcal、蛋白質8.7g、脂質24g、炭水化物8.6g、食塩相当量1.25g(推定値)

3食	5食
品目	油淋鶏
原材料名	鶏もも肉(国産)、長ねぎ、片栗粉、サラダ油、濃口醤油、米酢、ピーマン、砂糖、ごま油、生姜、料理酒、塩こしょう、小ねぎ、にんにく、麦芽糖、寒天/酸味料、増粘多糖類、酸化防止剤(V.C)、酒精、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量331kcal、蛋白質15.8g、脂質23.1g、炭水化物15.9g、食塩相当量1.58g(推定値)

5食	
品目	鶏と大根の韓国風煮物
原材料名	鶏もも肉(タイ産)、大根、だし汁、醤油麹、長ねぎ、料理酒、砂糖、濃口醤油、ごま油、コチジャン、糸唐辛子/調味料(アミノ酸等)、酒精、酸味料、(一部に小麦・ごま・さば・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量269kcal、蛋白質18g、脂質16.9g、炭水化物11.7g、食塩相当量1.48g(推定値)

5食	
品目	ピーマンの肉詰め
原材料名	合挽肉(豚肉(輸入)、牛肉)、ピーマン、卵、ケチャップ、ウスターソース、牛乳、ソートド・オignon、パン粉、小麦粉、砂糖、濃口醤油、食塩、ナツメグ、ホワイトペパー/着色料(カラメル)、調味料(アミノ酸)、pH調整剤、乳化剤、イーストフード、V.C、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・豚肉・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量273kcal、蛋白質17.3g、脂質16.8g、炭水化物16g、食塩相当量1.6g(推定値)

【全商品に関する補足事項】
※当社の調理施設では、小麦・卵・乳・かに・えび・そば・落花生・くるみ等のアレルギー28項目を含む食品を取り扱っています
※添加物は極力使用しておりません(原材料に含まれるものを除く)
※当社調理過程で添加物を使用する場合は天然由来の物のみを使用しております
※3食マークが付いていない商品は5食プランのみに含まれます
※1品目の1食分を4等分した量の栄養量を1人前として記載しています
※5食プランでは5食倍量マークの品目を2食分でお届けしています