



副菜

3食 **5食倍量**

品目 海老と卵の中華炒め

原材料名 ハンハイビ(ベトナム製造)、卵、カワチラー、玉ねぎ、キャップ、きくらげ、砂糖、濃口醤油、ごま油、サラダ油、片栗粉、にんにく、生姜、チコラー、米酢、ガラスープの素、麦芽糖、寒天/pH調整剤、加工澱粉、トハロース、調味料(アミノ酸)、酸化防止剤(V.C)、乳化剤、酸味料、増粘多糖類、(一部にえび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)

栄養成分表示 熱量81kcal、蛋白質5g、脂質4.2g、炭水化物6.2g、食塩相当量1.0g(推定値)
1人前あたり

3食 **5食倍量**

品目 さつま揚げと糸こんにゃくの甘辛炒め

原材料名 しらたき(国内製造)、さつま揚げ、いんげん、人参、そばつゆ、煮魚のたれ、ごま油、生姜、白ごま、麦芽糖、寒天/水酸化Ca、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、酒精、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、(一部に小麦・ごま・さば・大豆・鶏肉を含む)

栄養成分表示 熱量66kcal、蛋白質2.9g、脂質3.9g、炭水化物6.1g、食塩相当量0.9g(推定値)
1人前あたり

3食 **5食**

品目 クリームソースで食べる揚げニョッキ

原材料名 ニョッキ(国内製造)、ホワイトソース、牛乳、ペーコン、玉ねぎ、ぶなしめじ、サラダ油、無塩バター、にんにく、チコンソメ、パセリ/糊料(加工澱粉)、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、加工澱粉、カルシウムNa、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラメル、クチナシ)、pH調整剤、酸味料、発色剤(亜硝酸Na)、香料、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉を含む)

栄養成分表示 熱量121kcal、蛋白質3.3g、脂質6.3g、炭水化物13.3g、食塩相当量0.68g(推定値)
1人前あたり

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、ひよこ豆、赤いんげん、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、タブル(レンズ豆、もち麦、クスクス、ズッキーニ、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(クチナシ)、(一部に小麦・卵・大豆・鶏肉・りんごを含む)

栄養成分表示 熱量96kcal、蛋白質6.9g、脂質4g、炭水化物8.2g、食塩相当量0.68g(推定値)
1人前あたり

3食 **5食**

品目 いかとブロッコリーの塩昆布あえ

原材料名 オクラ(ベトナム製造)、するめいか、ブロッコリー、塩たれ、ごま油、塩昆布、白ごま、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、酸味料、増粘多糖類、V.B1、(一部に小麦・いか・ごま・ゼラチン・大豆を含む)

栄養成分表示 熱量51kcal、蛋白質4.5g、脂質2.1g、炭水化物4.5g、食塩相当量0.75g(推定値)
1人前あたり

5食

品目 なすとツナの揚げ浸し

原材料名 揚げ茄子(中国製造)、パプリカ、だし汁、ツナフレーク、濃口醤油、本みりん、麦芽糖、寒天/膨張剤、調味料(アミノ酸)、増粘多糖類、(一部に小麦・さば・大豆を含む)

栄養成分表示 熱量112kcal、蛋白質2.8g、脂質8.9g、炭水化物6g、食塩相当量0.48g(推定値)
1人前あたり

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	牛バラ大根
原材料名	牛肉(アメリカ産)、大根、だし汁、濃口醤油、本みりん、料理酒、砂糖、小ねぎ、サラダ油、生姜/調味料(アミノ酸等)、酸味料、着色料(カラメル)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、(一部に小麦・牛肉・さば・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量341kcal、蛋白質13.1g、脂質27.2g、炭水化物12.3g、食塩相当量2.0g(推定値)

3食	5食
品目	鶏もも肉のかつ節衣揚げ
原材料名	鶏もも肉(タイ産)、片栗粉、サラダ油、塩麹、白だし、かつお節粉、生姜、バセリ/酒精、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、(一部に小麦・さば・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16.2g、脂質21.4g、炭水化物10.2g、食塩相当量1.03g(推定値)

5食	
品目	豚肉とまいたけのソテー
原材料名	豚肉(輸入)、舞茸、長ねぎ、料理酒、オイスターソース、濃口醤油、ごま油、砂糖、澱粉配合調味料、サラダ油、にんにく、生姜、小ねぎ、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)、加工澱粉、香料、酸味料、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、乳化剤、(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229kcal、蛋白質15.8g、脂質16.7g、炭水化物7.9g、食塩相当量1.08g(推定値)

3食	5食
品目	塩まーぼー
原材料名	豆腐(国内製造)、鶏むね挽肉、長ねぎ、グリマト、きくらげ、塩こうじ、塩たれ、片栗粉、ガラスープの素、ごま油、サダ油、にんにく、小ねぎ、生姜、麦芽糖、寒天、別添レシ果汁/凝固剤、加工澱粉、調味料(アミノ酸等)、トハロス、酒精、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、酸味料、増粘多糖類、VB1、香料、乳化剤、(一部に小麦・乳成分・牛肉・ごま・ゼラチン・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量168kcal、蛋白質15g、脂質7.6g、炭水化物11.3g、食塩相当量1.68g(推定値)

5食	
品目	焼きとり風甘辛タレつくね
原材料名	鶏むね挽肉(国産)、煮魚のたれ、ソート [®] 粉、パン粉、片栗粉、澱粉配合調味料、小ねぎ、白ごま、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸等)、加工澱粉、酒精、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、pH調整剤、乳化剤、着色料(カキル)、イーストフード [®] 、V.C、(一部に小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量220kcal、蛋白質23g、脂質7g、炭水化物18.1g、食塩相当量1.35g(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