



副菜

3食 **5食倍量**

品目 筍とつみれの炊き合わせ

たけのこ(中国製造)、だし汁、真鯛入り
つみれ、人参、塩こうじ、本みりん、薄口
醤油/調味料(アミノ酸)、酒精、(一部に小
麦・さば・ゼラチン・大豆・豚肉を含
む)

原材料名

栄養成分 熱量62kcal、蛋白質3.9g、脂質2.4g、炭水
表示 化物6.6g、食塩相当量1.1g(推定値)
1人前あたり

3食 **5食倍量**

品目 ごろっと牛蒡のゴマ胡桃和え

ごぼう醤油漬(中国製造)、ぶなしめじ、
いんげん、こんにゃく、焙煎ナッツド
レッシング、人参、ロースト胡桃、調味だ
し、白ごま、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ
酸等)、水酸化Ca、香料、酸味料、増粘多
糖類、甘味料(ステビア)、香辛料、(一部
にくるみ・小麦・卵・乳成分・落花
生・アーモンド・ごま・大豆・りんご
を含む)

原材料名

栄養成分 熱量86kcal、蛋白質1.7g、脂質6.4g、炭水
表示 化物6.5g、食塩相当量0.55g(推定値)
1人前あたり

3食 **5食**

品目 定番の五目白和え

豆腐加工品(国内製造)、ほうれん草、ひ
じき、人参、こんにゃく、枝豆、昆布茶、
調味だし、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ
酸等)、凝固剤、酒精、香料、酸味料、水酸
化Ca、増粘多糖類、(一部に小麦・卵・
ごま・大豆を含む)

原材料名

栄養成分 熱量72kcal、蛋白質5g、脂質3.4g、炭水
表示 化物5.9g、食塩相当量0.58g(推定値)
1人前あたり

3食 **5食**

品目 ポークビーンズ

大豆水煮(国内製造)、玉ねぎ、人参、豚挽
肉、トマトペースト、ケチャップ、発酵調
味料、ウスターソース、濃口醤油、オリ
ブオイル、麦芽糖、寒天、昆布茶、パセリ/
調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、
酸化防止剤(V.C.、亜硫酸塩)、香料、酸味
料、増粘多糖類、(一部に小麦・大豆・豚
肉・りんごを含む)

原材料名

栄養成分 熱量89kcal、蛋白質5g、脂質4.4g、炭水
表示 化物9g、食塩相当量0.78g(推定値)
1人前あたり

3食 **5食**

品目 春雨のピリ辛炒め

春雨(中国製造)、玉ねぎ、鶏むね挽肉、人
参、濃口醤油、にら、本みりん、料理酒、
ごま油、サラダ油、にんにく、生姜、白ご
ま、麦芽糖、寒天、糸唐辛子、豆板醤/調味
料(アミノ酸等)、酸味料、pH調整剤、酒
精、増粘多糖類、酸化防止剤(V.C)、乳化
剤、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉を
含む)

原材料名

栄養成分 熱量92kcal、蛋白質3.4g、脂質3.7g、炭水
表示 化物11.2g、食塩相当量0.73g(推定値)
1人前あたり

5食

品目 かぼちゃのそぼろあんかけ

かぼちゃ(国産)、だし汁、鶏むね挽肉、濃
口醤油、本みりん、料理酒、サラダ油、片
栗粉、小ねぎ、砂糖、麦芽糖、寒天/調味料
(アミノ酸等)、酸味料、増粘多糖類、(一
部に小麦・さば・大豆・鶏肉を含む)

原材料名

栄養成分 熱量78kcal、蛋白質3.8g、脂質2.1g、炭水
表示 化物12.1g、食塩相当量0.4g(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	お好みバーグごろごろ卵のせ
原材料名	豚挽肉(アメリカ産)、キャベツ、たまごサダバース、玉ねぎ、中濃ソース、濃口醤油、パン粉、塩こうじ、人参、卵、ケチャップ、砂糖、かつお節、麦芽糖、寒天、青のり/糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸)、着色料(カラメル)、加工澱粉、乳化剤、酢酸Na、グリシン、pH調整剤、酒精、イーストフード、V.C.(一部に小麦・卵・乳成分・ゼラチン・大豆・豚肉・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量284kcal、蛋白質17.6g、脂質17.3g、炭水化物18.3g、食塩相当量2.7g(推定値)

3食	5食
品目	鶏ムネ肉の甘辛衣揚げ
原材料名	鶏むね肉(国産)、片栗粉、サラダ油、砂糖、濃口醤油、本みりん、澱粉配合調味料、にんにく、白ごま、糸唐辛子/調味料(アミノ酸等)、加工澱粉、酸味料、糊料(キサンタン)、(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360kcal、蛋白質28.9g、脂質13.8g、炭水化物31.4g、食塩相当量1.83g(推定値)

5食	
品目	チキンソテー 和風玉ねぎソース
原材料名	鶏もも肉(国産)、ソテードオニオン、グリルトマト、薄口醤油、本みりん、りんご酢、サラダ油、澱粉配合調味料、無塩バター、にんにく、パセリ/調味料(アミノ酸等)、加工澱粉、酒精、酸味料、糊料(キサンタン)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量361kcal、蛋白質22.8g、脂質23g、炭水化物17.3g、食塩相当量2.03g(推定値)

3食	5食
品目	豚肉と茄子の黒酢炒め
原材料名	豚バラ肉(輸入)、揚げ茄子、黒酢豚のタレ、玉ねぎ、濃口醤油、ごま油、サラダ油、大麦黒酢、小ねぎ、麦芽糖、寒天/ミョウバン、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸)、着色料(カラメル)、酸味料、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量486kcal、蛋白質13.9g、脂質42g、炭水化物16.1g、食塩相当量1.43g(推定値)

5食	
品目	牛肉と厚揚げのコチュジャン煮
原材料名	牛肉(アメリカ産)、長ねぎ、厚揚げ、みそ煮のたれ、コチジャン、濃口醤油、ごま油、サラダ油、にんにく、生姜/加工澱粉、凝固剤、酵素、酒精、糊料(加工澱粉、キサンタン)、酸味料、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、(一部に小麦・牛肉・ごま・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量420kcal、蛋白質16.9g、脂質34.1g、炭水化物16.1g、食塩相当量2.43g(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・くるみ等のアレルゲン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