



副菜

3食

5食倍量

品目 黒蜜たれの大学芋
さつまいも(ベトナム製造)、大学芋のたれ、サラダ油、黒ゴマ/pH調整剤、糊料(加工澱粉、カラギナン)、着色料(カラメル)、甘味料(アセスルファムK、スクラロース)、(一部にごま・大豆・りんごを含む)

原材料名

栄養成分表示 1人前あたり 熱量146kcal、蛋白質0.6g、脂質4.9g、炭水化物26.7g、食塩相当量0.1g(推定値)

3食

5食倍量

品目 キャベツとソーセージのカレー炒め
キャベツ(国産)、ウインナー、玉ねぎ、オリーブオイル、発酵調味料、チコンナ、無塩バター、はちみつ、にんにく、カレー粉、麦芽糖、寒天、パセリ/加工澱粉、調味料(アミノ酸等)、リッ酸塩(Na)、着色料(カラメル)、酸化防止剤(V.C、亜硫酸塩)、酸味料、pH調整剤、発色剤(亜硝酸Na)、香料、増粘多糖類、(一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む)

原材料名

栄養成分表示 1人前あたり 熱量91kcal、蛋白質2.8g、脂質7.1g、炭水化物5g、食塩相当量0.6g(推定値)

※はちみつを使用しています。1歳未満の乳児には与えないでください

3食

5食

品目 ひじきと切り干し大根のサラダ
切り干し大根(中国製造)、ツナフレーク、ひじき、サラダクリーミードレッシング、人参、昆布つゆ、枝豆、白ごま、米酢、かつお節/糊料(加工澱粉、キサンタン)、調味料(アミノ酸等)、酸味料、香辛料、酒精、(一部に小麦・卵・ごま・さば・大豆を含む)

原材料名

栄養成分表示 1人前あたり 熱量81kcal、蛋白質4.4g、脂質4.2g、炭水化物7.2g、食塩相当量0.7g(推定値)

3食

5食

品目 なすとツナの揚げ浸し
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/調味料(アミノ酸)、増粘多糖類、(一部に小麦・さば・大豆を含む)

原材料名

栄養成分表示 1人前あたり 熱量80kcal、蛋白質2.6g、脂質5.6g、炭水化物4.9g、食塩相当量0.45g(推定値)

3食

5食

品目 タンパク質が摂れる蒸し鶏のナムル
蒸し鶏(中国製造)、カリフラワー、えのきたけ、きくらげ、ガラスープの素、濃口醤油、白ごま、ごま油、にんにく、麦芽糖、寒天/pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、加工澱粉、リン酸塩(Na)、重曹、グリシン、トレハロース、増粘多糖類、酸化防止剤(V.C)、酸味料、(一部に小麦・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)

原材料名

栄養成分表示 1人前あたり 熱量50kcal、蛋白質7.3g、脂質1.3g、炭水化物2.3g、食塩相当量0.7g(分析値)

5食

品目 春雨サラダ
春雨(中国製造)、かに風味かまぼこ、きくらげ、人参、パプリカ、濃口醤油、米酢、ごま油、砂糖、白ごま、麦芽糖、寒天/加工澱粉、トレハロース、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、炭酸Ca、乳化剤、増粘多糖類、香料、着色料(トマト)、(一部にかに・小麦・卵・ごま・大豆を含む)

原材料名

栄養成分表示 1人前あたり 熱量65kcal、蛋白質1.1g、脂質1.7g、炭水化物11.9g、食塩相当量0.53g(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	タイ風グリルチキン
原材料名	鶏もも肉(タイ産)、レモン、にんにく、醤油風調味料、砂糖、ナンブラー、コリアンダー、食塩、ホワイトペッパー/酸味料、糊料(キサンタン)、調味料(核酸)、(一部に大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量329kcal、蛋白質27.8g、脂質23.4g、炭水化物3.7g、食塩相当量1.48g(推定値)

3食 5食

品目	つくりおき.jp流！酢豚
原材料名	豚ロース(輸入)、玉ねぎ、人参加工品、たけのこ、サラダ油、ピーマン、赤ピーマン、片栗粉、濃口醤油、ケチャップ、料理酒、椎茸、米酢、砂糖、本みりん、塩こうじ、にんにく、生姜/酸味料、調味料(アミノ酸等)、酒精、糊料(キサンタン)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、(一部に小麦・大豆・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量307kcal、蛋白質11.7g、脂質20.5g、炭水化物18.9g、食塩相当量1.53g(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270kcal、蛋白質18g、脂質16.9g、炭水化物11.7g、食塩相当量1.48g(推定値)

3食 5食

品目	マカロニえびグラタン
原材料名	牛乳(国内製造)、カニ、パプリカ、チリソース、玉ねぎ、ブロッコリー、ベーコン、マッシュルーム、ホワイトソース乳等を主要原料とする食品、発酵調味料、オリーブオイル、サラダ油、食塩/グルタミン、調味料(アミノ酸等)、リ酸塩(Na)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C、亜硫酸塩)、加工Na、香料、乳化剤、加工澱粉、酸味料、糊料(キサンタン)、着色料(クチナシ)、発色剤(亜硝酸Na)、(一部にえび・小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量322kcal、蛋白質17.1g、脂質18.3g、炭水化物22.8g、食塩相当量1.8g(推定値)

5食

品目	豚とチンゲン菜の塩あん炒め
原材料名	豚肉(輸入)、青梗菜、長ねぎ、料理酒、本みりん、ごま油、塩こうじ、ガラスープの素、サラダ油、薄口醤油、澱粉配合調味料、片栗粉、にんにく、生姜、麦芽糖、寒天、糸唐辛子、ホワイトペッパー/加工澱粉、調味料(アミノ酸等)、トウモロコシ、酸味料、酒精、pH調整剤、増粘多糖類、酸化防止剤(V.C)、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量245kcal、蛋白質15.5g、脂質18g、炭水化物8g、食塩相当量1.28g(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もの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