



副菜

3食	5食倍量
品目	ふーイリチー
原材料名	車ふ(国内製造)、キャベツ、卵、だし汁、白だし、玉ねぎ、豚肉、サラダ油、ごま油、濃口醤油、料理酒、砂糖、生姜、かつお節、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、酸化防止剤(V.E、V.C)、酸味料、pH調整剤、着色料(カラメル)、増粘多糖類、(一部に小麦・卵・ごま・さば・大豆・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量109kcal、蛋白質5.1g、脂質7.3g、炭水化物5.8g、食塩相当量1.4g(推定値)

3食	5食
品目	海鮮のグレインズサラダ
原材料名	あかいか(ペルー沖産)、ブロッコリー、バナメイエビ、トマトドレッシング、タブレ(レンズ豆、もち麦、クスクス、ズッキーニ、ピーマン、塩)、玉ねぎ、枝豆、塩こうじ、調味だし、麦芽糖、寒天/pH調整剤、増粘多糖類、香辛料、酒精、(一部にえび・小麦・いか・大豆・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量68kcal、蛋白質7.6g、脂質1.6g、炭水化物6.1g、食塩相当量1.13g(推定値)

3食	5食
品目	バジルポテト
原材料名	じゃがいも加工品(中国製造)、ウインナー、人参、バジルペースト、オリーブオイル、チキンコンソメ、ナチュラルチーズ、にんにく/加工澱粉、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラメル)、糊料(セルロース)、酸味料、pH調整剤、発色剤(亜硝酸Na)、(一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量105kcal、蛋白質3.4g、脂質6.6g、炭水化物9g、食塩相当量0.6g(推定値)

3食	5食倍量
品目	湯葉と食べるオクラと菜の花のお浸し
原材料名	オクラ(ベトナム製造)、菜の花、キャベツ、生ゆば、白だし、蛤と帆立の白だし、麦芽糖、寒天、かつお節、昆布茶/調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘多糖類、(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34kcal、蛋白質2.9g、脂質1.2g、炭水化物3.4g、食塩相当量0.5g(推定値)

3食	5食
品目	小松菜とごぼうの胡麻和え
原材料名	ごぼうサラダ(国内製造)、小松菜、人参、油揚げ、胡麻ドレッシング、白ごま、ぼんず、麦芽糖、寒天/糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、凝固剤、調味料(アミノ酸等)、グリシン、香辛料、甘味料(ステビア)、着色料(カラメル)、酸味料、(一部に小麦・卵・ごま・さば・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量91kcal、蛋白質2.5g、脂質6.8g、炭水化物5.5g、食塩相当量0.68g(推定値)

5食	
品目	きのこことベーコンのニンニク醤油炒め
原材料名	ぶなしめじ(国産)、エリンギ、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)、カゼインNa、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、酸味料、着色料(クチナン)、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4.9g、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 鶏肉のカレーチーズ焼き 原材料名 鶏もも肉(タイ産)、ナチュラルチーズ、澱粉配合調味料、発酵調味料、薄口醤油、塩こうじ、カレー粉、チリパウダー/調味料(アミノ酸等)、加工澱粉、セルロース、香料、酸味料、酒精、酸化防止剤(亜硫酸塩)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む) 栄養成分表示 熱量329kcal、蛋白質26.3g、脂質22.7g、炭水化物5.9g、食塩相当量1.73g(推定値)	3食 5食 品目 豚のプルコギ風 原材料名 豚もも肉(輸入)、玉ねぎ、春雨、にら、人参、濃口醤油、ビーマン、赤パプリカ、料理酒、本みりん、ごま油、オスターソース、サラダ油、塩こうじ、にんにく、砂糖、白ごま、ガラシの素、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸等)、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、加工澱粉、トレハロース、酸味料、pH調整剤、酒精、(一部に小麦・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む) 栄養成分表示 熱量195kcal、蛋白質11.7g、脂質9.4g、炭水化物16g、食塩相当量1.55g(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/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 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 なすと豚肉のみそ炒め 原材料名 豚肉(輸入)、揚げ茄子、みそ煮のたれ、玉ねぎ、ビーマン、人参、濃口醤油、ごま油、サラダ油、澱粉配合調味料、生姜、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、酸化防止剤(V.C.)、(一部に小麦・卵・ごま・大豆・豚肉を含む) 栄養成分表示 熱量284kcal、蛋白質14g、脂質22.3g、炭水化物10.5g、食塩相当量1.4g(推定値)
5食 品目 野菜たっぷり黒酢肉団子 原材料名 豚挽肉(アメリカ産)、黒酢酢豚のタレ、たけのこ、玉ねぎ、塩こうじ、片栗粉、卵、枝豆、人参、パン粉、濃口醤油、料理酒、大麦黒酢、麦芽糖、寒天/糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、酸味料、酒精、pH調整剤、乳化剤、イーストフード、V.C.、(一部に小麦・卵・大豆・鶏肉・豚肉を含む) 栄養成分表示 熱量266kcal、蛋白質16.1g、脂質14.1g、炭水化物21.7g、食塩相当量1.93g(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