



副菜

3食

5食倍量

品目 3色野菜とチキンのイタリアンサラダ
カリフラワー(中国製造)、グリルチキン、ズッキーニ、イタリアンドレッシング、赤ピーマン、サラダ油、麦芽糖、寒天/pH調整剤、グリシン、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、香辛料、(一部に大豆・鶏肉・りんごを含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量73kcal、蛋白質5.5g、脂質4.4g、炭水化物3.3g、食塩相当量0.73g(推定値)
1人前あたり

3食

5食倍量

品目 がんもとひじきの煮物
がんもどき(国内製造)、だし汁、ひじき、ツナフレーク、玉ねぎ、人参、濃口醤油、本みりん、料理酒、砂糖、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸等)、凝固剤、酸味料、増粘多糖類、(一部に小麦・ごま・さば・大豆・やまいもを含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量74kcal、蛋白質5.2g、脂質3.8g、炭水化物4.9g、食塩相当量0.93g(推定値)
1人前あたり

3食

5食

品目 クリームソースのかぼちゃニョッキ
かぼちゃニョッキ(国内製造)、ホワイトソース、牛乳、ベーコン、玉ねぎ、ぶなしめじ、サラダ油、無塩バター、にんにく、チキンコンソメ、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、カゼイン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)

原材料名

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 鶏そぼろ大根山椒添え
大根(国産)、鶏むね挽肉、だし汁、醤油、麴、濃口醤油、本みりん、サラダ油、糸みつば、砂糖、片栗粉、麦芽糖、寒天、生姜、山椒、別添：山椒/調味料(アミノ酸)、酒精、pH調整剤、増粘多糖類、酸化防止剤(V.C)、(一部に小麦・さば・大豆・鶏肉を含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量57kcal、蛋白質3.8g、脂質2g、炭水化物6.4g、食塩相当量0.53g(推定値)
1人前あたり

3食

5食

品目 チャプチェ
春雨(中国製造)、豚もも肉、ぶなしめじ、長ねぎ、にら、人参、濃口醤油、砂糖、料理酒、ごま油、オスターソース、サラダ油、にんにく、生姜、塩こうじ、がスパの素、白ごま、麦芽糖、寒天/加工澱粉、調味料(アミノ酸等)、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、トレハロース、pH調整剤、酸味料、酸化防止剤(V.C)、酒精、乳化剤、香辛料、(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 熱量92kcal、蛋白質3.7g、脂質4.1g、炭水化物10.5g、食塩相当量0.75g(推定値)
1人前あたり

5食

品目 高野豆腐の含め煮
高野豆腐(国内製造)、だし汁、玉ねぎ、卵、人参、薄口醤油、本みりん、グリーンピース、砂糖/炭酸K、凝固剤、調味料(アミノ酸)、酒精、(一部に小麦・卵・さば・大豆を含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量76kcal、蛋白質5.2g、脂質3.2g、炭水化物6.6g、食塩相当量1.08g(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	3食	5食
品目	サバの胡麻照り焼き	品目	パスタやご飯に！ボロネーゼ
原材料名	さば(ノルウェー産)、本みりん、料理酒、濃口醤油、塩こうじ、砂糖、白ごま、生姜、麦芽糖、寒天/酸味料、調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、増粘多糖類、酸化防止剤(V.C)、(一部に小麦・ごま・さば・大豆を含む)	原材料名	豚挽肉(アメリカ産)、トマトソース、ベーコン、揚げ茄子、ピーマン、玉ねぎ、赤ピーマン、人参、塩こうじ、サラダ油、濃口醤油、オリーブオイル、にんにく、ウスターソース、オリーブオイル、はちみつ、麦芽糖、寒天、パセリ/着色料(カラノイド、カラメル)、酸味料、調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、増粘多糖類、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量393kcal、蛋白質19.2g、脂質28.8g、炭水化物11.1g、食塩相当量2.1g(推定値)	栄養成分表示 1人前あたり	熱量222kcal、蛋白質12.1g、脂質14.9g、炭水化物13.5g、食塩相当量1.65g(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	5食	
品目	チャイニーズデリ風セサミチキン	品目	五目つくねの出汁あんかけ
原材料名	鶏もも肉(タイ産)、片栗粉、サラダ油、ケチャップ、濃口醤油、砂糖、塩こうじ、白ごま、麦芽糖、寒天/酒精、増粘多糖類、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉を含む)	原材料名	鶏むね挽肉(国産)、豆腐、だし汁、たけのこ、玉ねぎ、人参、干し椎茸、卵、白だし、薄口醤油、本みりん、小ねぎ、片栗粉、麦芽糖、寒天/凝固剤、調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘多糖類、(一部に小麦・卵・さば・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量387kcal、蛋白質17.6g、脂質25.2g、炭水化物23.9g、食塩相当量1.4g(推定値)	栄養成分表示 1人前あたり	熱量130kcal、蛋白質15g、脂質5.2g、炭水化物7.4g、食塩相当量1.0g(推定値)
5食	<p>【全商品に関する補足事項】</p> <p>※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</p> <p>※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)</p> <p>※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</p> <p>※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</p> <p>※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</p> <p>※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</p>		
品目	ごはんにぴったり！豚こまのルーローハン風豚肉(輸入)、厚揚げ、たけのこ、玉ねぎ、小松菜、濃口醤油、オリーブオイル、砂糖、料理酒、塩こうじ、ごま油、サラダ油、カラメル、にんにく、生姜、麦芽糖、寒天、五香粉/加工澱粉、凝固剤、酵素、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、酸味料、pH調整剤、酒精、酸化防止剤(V.C)、乳化剤、香辛料、(一部に小麦・ごま・大豆・豚肉を含む)		
原材料名			
栄養成分表示 1人前あたり	熱量303kcal、蛋白質21g、脂質21.4g、炭水化物11.2g、食塩相当量1.98g(推定値)		