



## 副菜

**3食** **5食倍量**

品目 和風みそラタトゥイユ

揚げ茄子(中国製造)、ズッキーニ、蓮根、みそ煮のたね、黄パプリカ、赤パプリカ、長ねぎ、白ごま、サラダ油、濃口醤油、ごま油、生姜、麦芽糖、寒天/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・大豆を含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量71kcal、蛋白質1.2g、脂質4g、炭水化物8g、食塩相当量0.65g(推定値)

1人前あたり

**3食** **5食倍量**

品目 サラダチキンのオニオンマリネ

蒸し鶏(タイ製造)、マリネベース、パプリカ、キャロットサラダ/糊料(加工澱粉、キサンタン)、pH調整剤、グリシン、調味料(アミノ酸)、香辛料、香料、酸味料、(一部に大豆・鶏肉を含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量54kcal、蛋白質6.8g、脂質1.9g、炭水化物2.7g、食塩相当量0.58g(推定値)

1人前あたり

**3食** **5食**

品目 チキンケバブのおともコールスロー

キャベツ(国産)、スイートコーン、人参、マリネース、サラダクリーム/レッシング、千切ポテトサラダ、薄口醤油、レモン果汁、昆布茶、麦芽糖、寒天/糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、香辛料、酸味料、酒精、香料、着色料(カラメル)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量68kcal、蛋白質1g、脂質4.4g、炭水化物6.7g、食塩相当量0.5g(推定値)

1人前あたり

**3食** **5食**

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

栄養成分表示 熱量62kcal、蛋白質3.9g、脂質2.4g、炭水化物6.6g、食塩相当量1.1g(推定値)

1人前あたり

**3食** **5食**

品目 豆腐干と海老の中華炒め

キャベツ(国産)、豆腐干、パナイル、豚肉、にら、ねぎ塩ソース、米酢、オスターソース、ガラスープの素、ごま油、ナンプラー、塩こうじ、サラダ油、にんにく、生姜、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)、トランス、凝固剤、pH調整剤、酒精、酸化防止剤(V.C)、酸味料、乳化剤、香辛料、(一部にえび・小麦・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量74kcal、蛋白質6.5g、脂質4.4g、炭水化物3g、食塩相当量0.8g(推定値)

1人前あたり

**5食**

品目 切干大根の韓国風サラダ

切干し大根(中国製造)、小松菜、えのきたけ、人参、チルドサラダ/レッシング、マヨネーズ、ガラスープの素、白ごま、薄口醤油、麦芽糖、寒天/加工澱粉、調味料(アミノ酸等)、トランス、香辛料、増粘多糖類、酒精、(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53kcal、蛋白質1.5g、脂質2.1g、炭水化物7.9g、食塩相当量0.8g(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	チキンケバブ
原材料名	鶏もも肉(外産)、ケチャップ <sup>®</sup> 、塩こうじ、チコンメ、にんにく、生姜、カレー粉、チリパウダー、パプリカパウダー/調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、酸味料、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・乳成分・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量260kcal、蛋白質21.3g、脂質17.9g、炭水化物4.8g、食塩相当量1.8g(推定値)

3食	5食
品目	牛バラ大根
原材料名	牛肉(アメリカ産)、大根加工品、だし汁、濃口醤油、本みりん、料理酒、砂糖、葉大根、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	きのおおろしポン酢で食べるサバ竜田
原材料名	さば(ノルウェー産)、片栗粉、サラダ油、塩こうじ、大根おろし、ぼん酢、なめこ、えのきたけ、ぶなしめじ、麦芽糖、寒天/酸味料、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、酸化防止剤(V.C)、酒精、増粘多糖類、(一部に小麦・さば・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量427kcal、蛋白質16.9g、脂質32.6g、炭水化物18g、食塩相当量1.6g(推定値)

5食	
品目	麩わ麩わ鶏つくね
原材料名	鶏むね挽肉(国産)、だし汁、車ふ、ひじき、長ねぎ、枝豆、サラダクリーム <sup>®</sup> 、薄口醤油、本みりん、片栗粉、みつば、生姜、食塩、麦芽糖、寒天/糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.E、V.C)、酸味料、香辛料、酒精、pH調整剤、(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185kcal、蛋白質19.7g、脂質7.7g、炭水化物10.5g、食塩相当量1.33g(推定値)

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、グリルトマト、きくらげ、塩こうじ、塩たれ、片栗粉、ガラナ <sup>®</sup> の素、ごま油、サラダ油、にんにく、生姜、麦芽糖、寒天、別添：レモン果汁/凝固剤、加工澱粉、調味料(アミノ酸等)、トランス、酒精、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、酸味料、増粘多糖類、V.B1、香料、乳化剤、香辛料、(一部に小麦・乳成分・牛肉・ごま・セリシソ <sup>®</sup> ・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14.9g、脂質7.6g、炭水化物11.3g、食塩相当量1.68g(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