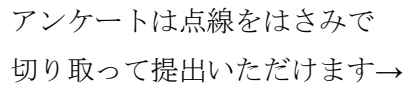




※ご注文単位は月曜日～金曜日の5日単位です。(1日分だけのご利用・中止は出来ません)



|          |
|----------|
| 週平均      |
| 554 kcal |
| 2.4 g    |

|          |
|----------|
| 週平均      |
| 362 kcal |
| 2.3 g    |

|          |
|----------|
| 週平均      |
| 270 kcal |
| 2.0 g    |

【土・日曜日】 休み

大阪よどがわ市民生活協同組合

名前

上記以外についてや、書ききれない内容は裏面のコメント欄  
にご記入お願いいたします。



# 冷凍おかずとサンドイッチ注文書

※サイドメニュー単品での注文はいただけません  
※お弁当配達時に一緒にお届けいたします

## ●冷凍おかず2食セット

【6月26日(木)お届け】

| メインメニュー  | 牛肉といんげんの炒め物セット                                                                                                             | ポークケチャップセット                                |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| サブメニュー   | 大根とベーコンのコンソメスープ<br>三色ピーマンのきんぴら<br>人参のおひたし                                                                                  | さつまいもと大豆の甘辛炒め<br>ブロッコリーのみそ風味<br>いんげんのゆかり和え |
| アレルギー    | 小麦・卵・乳成分                                                                                                                   | 小麦                                         |
| エネルギー    | 291 kcal.                                                                                                                  | 269 kcal.                                  |
| 食塩相当量    | 2.1 g                                                                                                                      | 1.6 g                                      |
| 電子レンジ    | 500W3分30秒                                                                                                                  | 500W3分30秒                                  |
| ひとことコメント | 牛肉といんげんを使用し、あっさりとした味付けが特徴のメニューです。いんげんは、緑黄色野菜の一つで、食物繊維の水溶性、不溶性のどちらも含まれており、腸内環境を整える働きがあるようです。ビタミンなども豊富に含まれているようです。ぜひご賞味ください。 |                                            |
| イメージ写真   |                                                                                                                            |                                            |

冷凍おかず2食セットは毎週企画しております。  
土・日曜日用、お昼ご飯用の常備食としてご利用ください。

## ●おいしさいっぱいおみそ汁 10食入り

【5種(もずく汁、なす汁、長ねぎ汁、赤だし、ほうれん草汁)×2食】

本体価格 **1,080円**(税込価格 **1,166円**)

【注文週の翌週お届け】

賞味期限：4か月以上



フリーズドライ  
タイプ

アレルギー特定原材料  
7品目  
小麦・乳

エネルギー量：2.5～3.8kcal／1袋  
食塩相当量：1.4～2.1g／1袋

おみそ汁はいつでも注文いただけます。  
副菜として、保存食としてご利用ください。

## ●サンドイッチ1食

本体価格 **¥298円** (税込価格 **¥322円**)

消費期限：全商品お届け日翌日の14:00までとなっています。

| 日付       | 商品名             | カロリー | 塩分量 (g) | アレルギー  |
|----------|-----------------|------|---------|--------|
| 6月23日(月) | ハムとレタスのサンド      | 481  | 3.1     | 小麦・乳・卵 |
| 6月24日(火) | チーズ明太ポテトサンド     | 340  | 2.4     | 小麦・乳・卵 |
| 6月25日(水) | バラエティボックスサンド    | 383  | 2.2     | 小麦・乳・卵 |
| 6月26日(木) | ひとくちサンド(たまご・ハム) | 354  | 2.6     | 小麦・乳・卵 |
| 6月27日(金) | 厚焼たまごのBOXサンド    | 334  | 2.3     | 小麦・乳・卵 |

6月23日(月)  
ハムとレタスのサンド



6月24日(火)  
チーズ明太ポテトサンド



6月25日(水)  
バラエティボックスサンド



6月26日(木)  
ひとくちサンド(たまご・ハム)



6月27日(金)  
厚焼たまごのBOXサンド



ご注文は、  
④ 月・水・金コース  
② 火・木コース  
⑥ 月～金コース  
からお選びいただけます。

※画像はイメージです

|       |                        |
|-------|------------------------|
| ご注文方法 | 電話受付(夕食サポートセンター)       |
| 連絡先   | 0120-580-451           |
| 受付時間  | 月～金 9:00～19:00         |
| ご注文締切 | 6月17日(火)               |
| ご請求   | 7月1週【6月30日(月)～7月4日(金)】 |
| 引き落とし | 7月28日(月)               |

インターネットからも



組合員CD

名前