

## 国産プレミアム Aセット



内容		
① ハンバーグデミグラスソース	カニ風味マヨネーズ和え	マッシュポテト
② 鯖(サバ)のみぞれ煮	キャベツとちくわのごま和え	ツナとひじきの煮物
③ 生姜焼き	若竹煮	トマトビーンズ
④ チキンと彩り野菜のクリームシチュー	小松菜と油揚げの煮びたし	カレービーンズ
⑤ 麻婆豆腐	ほうれん草と炒り卵の和え物	人参としめじの金平
⑥ 油淋鶏	ツナとキャベツのマヨネーズ和え	五目炒め煮
⑦ 鰯(ブリ)の照焼き	大根の甘みそ煮	油揚げとキャベツの辛し和え
⑧ 豚肉のオイスター炒め	人参ととうもろこしのバター炒め	揚げ豆腐のカニあんかけ
⑨ 鶏肉のカレーソースがけ	わかめにさっぱり和え	金平ごぼう
⑩ 白身魚の中華あんかけ	ほうれん草のおひたし	がんもの含め煮

栄養成分	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
① ハンバーグデミグラスソース	198	9.1	10.6	16.4	2.0
② 鯖(サバ)のみぞれ煮	223	12.9	12.0	15.4	1.9
③ 生姜焼き	193	10.9	8.1	17.6	1.5
④ チキンと彩り野菜のクリームシチュー	198	16.4	8.6	13.9	1.7
⑤ 麻婆豆腐	183	8.0	9.7	16.1	1.8
⑥ 油淋鶏	207	10.9	11.1	14.7	1.5
⑦ 鰯(ブリ)の照焼き	185	11.8	9.3	12.5	1.5
⑧ 豚肉のオイスター炒め	171	10.1	8.2	13.1	1.5
⑨ 鶏肉のカレーソースがけ	172	13.1	7.5	12.5	1.3
⑩ 白身魚の中華あんかけ	143	11.4	6.9	8.5	1.1

## 国産プレミアム Bセット



内容		
⑪ 回鍋肉	ごま和え	ひじきの炒め煮
⑫ あふれるマヨマスタードの鶏唐揚げ	いんげんとしめじの生姜和え	切干大根の炒め煮
⑬ 鯖(サバ)の南蛮漬け	ほうれん草とカニ風味かまぼこの和え物	麩の煮物
⑭ 豚肉と根菜のやわらか旨煮	しめじともやしのナムル	高野豆腐の卵とじ
⑮ チキントマトソース	じゃがいもと人参のカレーソテー	切干大根
⑯ 白身魚のカレーパン粉焼き	人参とツナのしりしり	かに風味シューマイ
⑰ ヘルシーハンバーグホワイトソース	キャベツとちくわの甘みそ炒め	卵焼き
⑱ きのこたっぷり和風チキン	小松菜と人参のゴママヨネーズ和え	炊き合わせ
⑲ 豚肉と豆腐の中華旨煮	いんげんと人参のごまよごし	小松菜の卵とじ炒め
⑳ 鯖(ブリ)の白味噌がけ	こんにやくとちくわのピリ辛炒め	八宝菜風

栄養成分	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
⑪ 回鍋肉	193	10.5	10.7	12.8	1.2
⑫ あふれるマヨマスタードの鶏唐揚げ	231	13.5	13.6	12.8	1.8
⑬ 鯖(サバ)の南蛮漬け	189	9.2	10.4	15.1	1.6
⑭ 豚肉と根菜のやわらか旨煮	221	12.2	12.5	14.5	1.6
⑮ チキントマトソース	200	13.6	9.1	15.2	1.7
⑯ 白身魚のカレーパン粉焼き	178	10.7	8.1	14.8	1.6
⑰ ヘルシーハンバーグホワイトソース	215	14.5	10.3	15.4	2.0
⑱ きのこたっぷり和風チキン	211	13.8	9.7	17.4	1.6
⑲ 豚肉と豆腐の中華旨煮	162	10.3	9.6	7.6	1.3
⑳ 鯖(ブリ)の白味噌がけ	177	9.8	8.0	16.0	1.7



## 国産プレミアム Cセット

⑳



焼き鯖(サバ)の香味ソース

㉑

うま塩レモンと  
焦がしネギの揚げ鶏

㉒

きのこたっぷり  
和風おろしハンバーグ

㉓



鰯(ブリ)の竜田揚げ

㉔



豆乳仕立てのチキンカレー

㉕



スタミナニラ炒め

㉖



肉豆腐

㉗



鶏から甘酢あんかけ

㉘



白身魚のホットチリソース

㉙



そぼろと厚揚げの中華炒め

内容		
㉑ 焼き鯖(サバ)の香味ソース	じゃがいもとさつま揚げのきんぴら	しめじと野菜の炒り卵
㉒ うま塩レモンと焦がしネギの揚げ鶏	こんにゃくとごぼうの甘辛煮	ちくわと野菜のオイスター風味
㉓ きのことたっぷりの和風おろしハンバーグ	野菜のカレー炒め	もやすと小松菜の胡麻和え
㉔ 鰯(ブリ)の竜田揚げ	麻婆茄子	白菜としめじの和え物
㉕ 豆乳仕立てのチキンカレー	三色煮豆	キャベツのからし和え
㉖ スタミナニラ炒め	豆腐とわかめの和え物	ツナとひじきのマヨネーズ和え
㉗ 肉豆腐	マカロニホワイトソース	ほうれん草の生姜和え
㉘ 鶏から甘酢あんかけ	白菜とちくわの炒め煮	彩りマッシュポテト
㉙ 白身魚のホットチリソース	ブロッコリーとコーンのソテー	揚げ茄子のみぞれ和え
㉚ そぼろと厚揚げの中華炒め	こんにゃくの胡麻和え	切干大根と大豆の煮物

栄養成分	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
㉑ 焼き鯖(サバ)の香味ソース	202	12.3	10.1	13.7	1.5
㉒ うま塩レモンと焦がしネギの揚げ鶏	218	13.5	12.7	11.4	1.7
㉓ きのことたっぷりの和風おろしハンバーグ	195	10.6	10.2	14.9	2.0
㉔ 鰯(ブリ)の竜田揚げ	233	12.7	13.3	14.2	1.5
㉕ 豆乳仕立てのチキンカレー	179	12.2	6.7	15.4	1.7
㉖ スタミナニラ炒め	206	11.2	13.6	9.0	1.7
㉗ 肉豆腐	183	10.1	7.9	16.6	1.7
㉘ 鶏から甘酢あんかけ	207	14.7	9.0	15.9	1.6
㉙ 白身魚のホットチリソース	155	10.5	5.7	15.0	1.5
㉚ そぼろと厚揚げの中華炒め	191	9.1	10.1	16.4	1.6