



副菜

3食 **5食倍量**

品目 たけのこの土佐煮

たけのこ(中国産)、だし汁、人参、こんにゃく、濃口醤油、塩こうじ、油揚げ、本みりん、かつお節、麦芽糖、寒天/凝固剤、調味料(アミノ酸)、酒精、増粘多糖類、(一部に小麦・さば・大豆を含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量37kcal、蛋白質2.6g、脂質1.2g、炭水化物4.6g、食塩相当量1.08g(推定値)
1人前あたり

3食 **5食倍量**

品目 ふーイリチー

くるま麩(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、着色料(カラメル)、pH調整剤、増粘多糖類、(一部に小麦・卵・ごま・さば・大豆・豚肉を含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量109kcal、蛋白質5.1g、脂質7.3g、炭水化物5.7g、食塩相当量1.38g(推定値)
1人前あたり

3食 **5食**

品目 ごろっと牛蒡のゴマ胡桃和え

ごぼう醤油漬(中国製造)、ぶなしめじ、いんげん、糸こんにゃく、焙煎ナッツドレッシング、人参、ロースト胡桃、調味だし、白ごま、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸等)、水酸化Ca、香料、酸味料、増粘多糖類、甘味料(ステビア)、香辛料、(一部にくるみ・小麦・卵・乳成分・落花生・アーモンド・ごま・大豆・りんごを含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量85kcal、蛋白質1.7g、脂質6.4g、炭水化物6.5g、食塩相当量0.55g(推定値)
1人前あたり

3食 **5食**

品目 大根と厚揚げの甘味噌がけ

大根(国産)、だし汁、厚揚げ、西京味噌、本みりん、料理酒、砂糖、ゆず、薄口醤油、麦芽糖、寒天/加工澱粉、凝固剤、調味料(アミノ酸等)、酵素、酸味料、酒精、増粘多糖類、(一部に小麦・さば・大豆を含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量81kcal、蛋白質3.3g、脂質2.4g、炭水化物10.9g、食塩相当量0.68g(推定値)
1人前あたり

3食 **5食**

品目 蒸し野菜のツナソース

蒸し野菜(かぼちゃ(国産)、さつまいも、カリフラワー、人参、ブロッコリー、蓮根)、ソース(ツナフレーク、サラダクリーミードレッシング、プレーンヨーグルト)/糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、酸味料、香辛料、香料、(一部に卵・乳成分・大豆・ゼラチンを含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量79kcal、蛋白質3.5g、脂質3.1g、炭水化物10.7g、食塩相当量0.38g(推定値)
1人前あたり

5食

品目 五目豆

大豆(国内製造)、だし汁、ごぼう、人参、こんにゃく、濃口醤油、干し椎茸、砂糖、きぬさや、ごま油、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸)、乳酸(Ca)、凝固剤、増粘多糖類、(一部に小麦・ごま・さば・大豆を含む)

原材料名

栄養成分表示 熱量71kcal、蛋白質4.2g、脂質2g、炭水化物11.3g、食塩相当量1.03g(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	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、白ワイン、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、糊料(セルロース)、酒精、香料、酸味料、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量329kcal、蛋白質26.3g、脂質22.7g、炭水化物6g、食塩相当量1.75g(推定値)

3食	5食
品目	豚バラと葱のスタミナ味噌炒め
原材料名	豚バラ肉(輸入)、長ねぎ、キャベツ、みそ煮のたれ、濃口醤油、塩こうじ、サラダ油、にんにく、薄口醤油、ごま油、ナンブラー、生姜、麦芽糖、寒天、糸唐辛子/酒精、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.C)、乳化剤、酸味料、(一部に小麦・ごま・大豆・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量335kcal、蛋白質10.6g、脂質29.6g、炭水化物10.3g、食塩相当量1.65g(推定値)

3食	5食
品目	中華あんで食べる鱈の唐揚げ
原材料名	白糸鱈(ノルウェー産)、片栗粉、玉ねぎ、小松菜、サラダ油、人参、本みりん、料理酒、塩こうじ、オイスターソース、濃口醤油、ガラスープの素、砂糖、麦芽糖、寒天/ソルビット、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、香料、酸味料、酒精、(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204kcal、蛋白質16.1g、脂質7.6g、炭水化物16.9g、食塩相当量1.4g(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、くるま麩、ひじき、長ねぎ、枝豆、サラダクリーミードレッシング、薄口醤油、本みりん、片栗粉、生姜、サラダ油、みつば、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189kcal、蛋白質19.7g、脂質8.2g、炭水化物10.7g、食塩相当量1.33g(推定値)

5食	
品目	家常豆腐
原材料名	豚肉(輸入)、厚揚げ、キャベツ、だし汁、人参、長ねぎ、干し椎茸、麩味噌、濃口醤油、料理酒、ごま油、サラダ油、甜麺醬、砂糖、澱粉配合調味料、にんにく、生姜、糸唐辛子、豆板醬、麦芽糖、寒天/加工澱粉、凝固剤、酵素、調味料(アミノ酸等)、酒精、酸味料、酸化防止剤(V.C)、乳化剤、増粘多糖類、リン酸Na、(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258kcal、蛋白質18.1g、脂質19.3g、炭水化物7.4g、食塩相当量1.23g(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