



## 副菜

**3食** **5食倍量**

品目 花野菜とチキンのコブサラダ

原材料名 カリフラワー(中国製造)、ブロッコリー、ロマネスコ、蒸し鶏、コブサラダドレッシング、サラダクリームードレッシング、麦芽糖、寒天、パプリカパウダー/糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、炭酸塩(Na、K)、クエン酸(Na)、香辛料、酸味料、pH調整剤、グリシン、甘味料(ステビア)、(一部に卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む)

栄養成分表示 熱量84kcal、蛋白質5.4g、脂質5.3g、炭水化物4g、食塩相当量0.7g(推定値)  
1人前あたり

**3食** **5食倍量**

品目 にんじんしりしり

原材料名 人参(中国産)、卵、ツナフレーク、白だし、サラダ油、薄口醤油、ごま油、かつお節/調味料(アミノ酸等)、酒精、(一部に小麦・卵・ごま・さば・大豆を含む)

栄養成分表示 熱量67kcal、蛋白質4.5g、脂質3.8g、炭水化物4.4g、食塩相当量0.6g(推定値)  
1人前あたり

**3食** **5食**

品目 春雨のピリ辛炒め

原材料名 春雨(中国製造)、玉ねぎ、鶏むね挽肉、人参、濃口醤油、にら、本みりん、料理酒、ごま油、サラダ油、にんにく、生姜、白ごま、麦芽糖、寒天、糸唐辛子、豆板醤/調味料(アミノ酸等)、酸味料、pH調整剤、酒精、増粘多糖類、酸化防止剤(V.C)、乳化剤、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉を含む)

栄養成分表示 熱量92kcal、蛋白質3.4g、脂質3.7g、炭水化物11.2g、食塩相当量0.73g(推定値)  
1人前あたり

**3食** **5食**

品目 揚げだし豆腐

原材料名 揚げ出し豆腐(国内製造)、オクラ、大根おろし、そばつゆ、サラダ油、かつお節/糊料(加工澱粉)、凝固剤、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、(一部に小麦・さば・大豆を含む)

栄養成分表示 熱量91kcal、蛋白質3.4g、脂質5.6g、炭水化物7.6g、食塩相当量0.95g(推定値)  
1人前あたり

**3食** **5食**

品目 切干大根の韓国風サラダ

原材料名 切干し大根(中国製造)、小松菜、えのきたけ、人参、チョレギサラダドレッシング、コチジャン、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)、トレハロース、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)

栄養成分表示 熱量45kcal、蛋白質1.2g、脂質1.9g、炭水化物6.6g、食塩相当量0.68g(推定値)  
1人前あたり

**5食**

品目 チキンクリームソースの緑ペンネ

原材料名 牛乳(国内製造)、ペンネリガーテ、蒸し鶏、ぶなしめじ、玉ねぎ、ホワイトソース、オリーブオイル、サラダ油、食塩、ブラックペッパー/調味料(アミノ酸等)、加工澱粉、アルギン酸エステル、炭酸塩(Na、K)、クエン酸(Na)、pH調整剤、香料、グリシン、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む)

栄養成分表示 熱量113kcal、蛋白質5.7g、脂質4.2g、炭水化物13g、食塩相当量0.48g(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	牛バラ大根
原材料名	牛肉(アメリカ産)、大根、だし汁、濃口醤油、本みりん、料理酒、砂糖、小ねぎ、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	野菜たっぷり豚のプルコギ
原材料名	豚バラ肉(輸入)、玉ねぎ、ぶなしめじ、人参、にんにくの芽、煮魚のたれ、サラダ油、濃口醤油、コチジャン、ごま油、にんにく、生姜、白ごま/糊料(加工澱粉、キサンタン)、酒精、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・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量391kcal、蛋白質12g、脂質35.1g、炭水化物11.3g、食塩相当量1.18g(推定値)

3食	5食
品目	台湾風ひき肉の豆鼓醬炒め
原材料名	豚挽肉(アメリカ産)、にら、にんにくの芽、玉ねぎ、赤ピーマン、豆鼓醬、料理酒、オイスターソース、濃口醤油、本みりん、ごま油、サラダ油、ナンブラー、にんにく、生姜、五香粉、糸唐辛子/ソルビット、調味料(アミノ酸等)、糊料(加工澱粉、キサンタン)、酸味料、香料、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量232kcal、蛋白質17.2g、脂質16.8g、炭水化物7g、食塩相当量1.2g(推定値)

5食	
品目	豚肉団子の照り煮
原材料名	豚挽肉(アメリカ産)、だし汁、豆腐、ソテードオニオン、菜の花、卵、パン粉、薄口醤油、本みりん、白だし、片栗粉、砂糖、生姜、麦芽糖、寒天/凝固剤、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酒精、乳化剤、イーストフード、V.C、酸化防止剤(V.C)、増粘多糖類、(一部に小麦・卵・さば・大豆・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量267kcal、蛋白質17.2g、脂質14.8g、炭水化物18.7g、食塩相当量1.45g(推定値)

5食	
品目	カレーポークビーンズ
原材料名	豚肉(輸入)、玉ねぎ、じゃがいも、豆(白いんげん、ひよこ豆、赤いんげん、いんげん豆)、人参、ウスターソース、発酵調味料、トマトペースト、サラダ油、砂糖、チャリチーズ、にんにく、麦芽糖、寒天、澱粉配合調味料、カレー粉、ナツメグ/着色料(カラメル、果実色素)、調味料(アミノ酸等)、加工澱粉、香料、増粘多糖類、酸味料、酸化防止剤(亜硫酸塩)、pH調整剤、(一部に卵・乳成分・大豆・豚肉・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量251kcal、蛋白質14.5g、脂質13.8g、炭水化物20.4g、食塩相当量1.15g(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