

副菜

3食	5食倍量
品目	揚げなすのさっぱりだし酢醤油
原材料名	揚げ茄子(中国製造)、濃口醤油、だし汁、米酢、砂糖、生姜、かつお節/調味料(アミノ酸)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、(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69kcal、蛋白質1.2g、脂質5.4g、炭水化物4.2g、食塩相当量0.63g(推定値)

3食	5食
品目	ひき肉と豆腐のにら炒め
原材料名	豆腐(国内製造)、豚挽肉、にら、卵、サラダ油、ごま油、濃口醤油、にんにく、生姜、料理酒、砂糖、ガラスープの素/加工澱粉、凝固剤、調味料(アミノ酸等)、トレハロース、pH調整剤、酸味料、酸化防止剤(V.C)、乳化剤、香辛料、増粘多糖類、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・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125kcal、蛋白質6.5g、脂質9.9g、炭水化物3.1g、食塩相当量0.55g(推定値)

3食	5食
品目	湯葉と食べるオクラと菜の花のお浸し
原材料名	オクラ(ベトナム製造)、菜の花、キャベツ、生ゆば、白だし、蛤と帆立の白だし、麦芽糖、寒天、かつお節、昆布茶/調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘多糖類、(一部に小麦・さば・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量30kcal、蛋白質2.6g、脂質1.1g、炭水化物3g、食塩相当量0.45g(推定値)

3食	5食倍量
品目	がんもとひじきの煮物
原材料名	がんもどき(国内製造)、だし汁、ひじき、ツナフレーク、玉ねぎ、人参、濃口醤油、本みりん、料理酒、砂糖、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸等)、凝固剤、酸味料、増粘多糖類、(一部に小麦・ごま・さば・大豆・やまいもを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量54kcal、蛋白質3.8g、脂質2.8g、炭水化物3.6g、食塩相当量0.68g(推定値)

3食	5食
品目	ごろっと牛蒡のゴマ胡桃とえ
原材料名	ごぼう醤油漬(中国製造)、ぶなしめじ、いんげん、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)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量77kcal、蛋白質1.5g、脂質5.7g、炭水化物5.7g、食塩相当量0.5g(推定値)

5食	
品目	海老と卵の中華炒め
原材料名	バナナヒレ(インド製造)、卵、カワラ、玉ねぎ、キャップ、きくらげ、砂糖、濃口醤油、ごま油、サラダ油、片栗粉、にんにく、生姜、ナンプラー、米酢、ガラスープの素、麦芽糖、寒天/pH調整剤、加工澱粉、トレハロース、調味料(アミノ酸)、酸化防止剤(V.C)、酸味料、乳化剤、香辛料、増粘多糖類、(一部にえび・小麦・卵・乳成分・牛肉・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62kcal、蛋白質3.9g、脂質3.2g、炭水化物4.7g、食塩相当量0.78g(推定値)

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

主菜

3食 5食 品目 ディアボラ風チキンステーキ 原材料名 鶏もも肉(タイ産)、玉ねぎ、煮魚のたれ、塩こうじ、スイートコーン、オイルソース、麦芽糖、寒天、にんにく、無塩バター、ブラックペッパー、パセリ/酒精、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、着色料(カラメル)、酸味料、調味料(アミノ酸等)、香辛料、セルロース、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉を含む) 栄養成分表示 熱量299kcal、蛋白質23.1g、脂質20.4g、炭水化物7.4g、食塩相当量1.35g(推定値) 1人前あたり	3食 5食 品目 豚肉のすき焼き風炒め 原材料名 豚肉(アメリカ産)、長ねぎ、白菜、こんにゃく、濃口醤油、本みりん、春菊、砂糖、サラダ油、塩こうじ、片栗粉、麦芽糖、寒天/水酸化Ca、酒精、着色料(カラメル)、増粘多糖類、(一部に小麦・大豆・豚肉を含む) 栄養成分表示 熱量252kcal、蛋白質15.8g、脂質16.4g、炭水化物14g、食塩相当量1.63g(推定値) 1人前あたり
3食 5食 品目 チャイニーズデリ風セサミチキン 原材料名 鶏むね肉(国産)、片栗粉、サラダ油、ケチャップ、濃口醤油、砂糖、塩こうじ、白ごま、麦芽糖、寒天/酒精、増粘多糖類、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉を含む) 栄養成分表示 熱量322kcal、蛋白質26.6g、脂質14.1g、炭水化物24g、食塩相当量1.33g(推定値) 1人前あたり	5食 品目 五目つくねの出汁あんかけ 原材料名 鶏むね挽肉(国産)、豆腐、だし汁、たけのこ、玉ねぎ、人参、干し椎茸、卵、白だし、薄口醤油、本みりん、小ねぎ、片栗粉、麦芽糖、寒天/凝固剤、調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘多糖類、(一部に小麦・卵・さば・大豆・鶏肉を含む) 栄養成分表示 熱量130kcal、蛋白質15g、脂質5.2g、炭水化物7.4g、食塩相当量1.0g(推定値) 1人前あたり
5食 品目 家常豆腐 原材料名 豚肉(アメリカ産)、厚揚げ、キャベツ、だし汁、人参、長ねぎ、干し椎茸、米麹味噌、濃口醤油、塩こうじ、料理酒、ごま油、サラダ油、甜麺醬、砂糖、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)、pH調整剤、酒精、酸味料、酸化防止剤(V.C)、増粘多糖類、乳化剤、香辛料、(一部に小麦・ごま・さば・大豆・豚肉を含む) 栄養成分表示 熱量247kcal、蛋白質17.2g、脂質18.2g、炭水化物8.1g、食塩相当量1.33g(推定値) 1人前あたり	【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 ※上記では赤坂キッチン製造分を代表して記載しており、キッチンごとに産地、表示順、栄養成分等の詳細は変わることがあります