

副菜

3食	5食倍量
品目	海鮮のグレインズサラダ
原材料名	あかいか(ペルー沖産)、ブロッコリー、バナメイエビ、トマトドレッシング、タブレ(レンズ豆、もち麦、クスクス、ズッキーニ、ピーマン、塩)、玉ねぎ、枝豆、塩こうじ、調味だし、麦芽糖、寒天/pH調整剤、増粘多糖類、香辛料、酒精、(一部にえび・小麦・いか・大豆・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量68kcal、蛋白質7.6g、脂質1.6g、炭水化物6.1g、食塩相当量1.13g(推定値)

3食	5食
品目	蒸し鶏の中華風ナムル
原材料名	蒸し鶏(中国製造)、カリフラワー、えのきたけ、きくらげ、ガラスープの素、濃口醤油、白ごま、ごま油、にんにく、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸)、加工澱粉、pH調整剤、トレハロース、酸化防止剤(V.C)、酸味料、増粘多糖類、(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 1人前あたり	熱量48kcal、蛋白質7.4g、脂質1.1g、炭水化物3.2g、食塩相当量0.48g(推定値)

3食	5食
品目	定番の五目白和え
原材料名	豆腐加工品(国内製造)、ほうれん草、ひじき、人参、こんにゃく、枝豆、昆布茶、調味だし、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸等)、凝固剤、酒精、香料、酸味料、水酸化Ca、増粘多糖類、(一部に小麦・卵・ごま・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量64kcal、蛋白質4.4g、脂質3.1g、炭水化物5.3g、食塩相当量0.5g(推定値)

3食	5食倍量
品目	たけのこの土佐煮
原材料名	たけのこ(中国製造)、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)、水酸化Ca、酒精、増粘多糖類、(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38kcal、蛋白質2.9g、脂質1.2g、炭水化物4.8g、食塩相当量1.0g(推定値)

3食	5食
品目	バジルポテト
原材料名	じゃがいも加工品(中国製造)、ウインナー、人参、バジルペースト、オリーブオイル、チキンコンソメ、ナチュラルチーズ、にんにく/加工澱粉、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、着色料(カラメル)、糊料(セルロース)、酸味料、pH調整剤、発色剤(亜硝酸Na)、(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92kcal、蛋白質3g、脂質5.8g、炭水化物7.9g、食塩相当量0.53g(推定値)

5食	
品目	かぼちゃのそぼろあんかけ
原材料名	かぼちゃ(輸入又は国産)、だし汁、鶏むね挽肉、濃口醤油、本みりん、料理酒、片栗粉、サラダ油、砂糖、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸等)、酸味料、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60kcal、蛋白質3.2g、脂質1.2g、炭水化物10g、食塩相当量0.33g(推定値)

※南瓜の産地は今年度の使用計画順

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	3食	5食
品目	トマトソースハンバーグ	品目	辛くないマーボーなす
原材料名	合挽肉(豚肉(アメリカ産)、牛肉)、ハンバーグ(ベーコン(牛肉、ソーセージ、つなぎ(パン粉、液全卵)、牛脂、その他)、トマトソース、ソーセージ、マッシュルーム、玉ねぎ、パン粉、牛乳、卵、オリーブオイル、パセリ/調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.E)、酸味料、着色料(カロチノイド)、pH調整剤、乳化剤、イーストフード、V.C.(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む))	原材料名	揚げ茄子(中国製造)、豚挽肉、みそ煮のたれ、長ねぎ、たけのこ、にら、干し椎茸、甜麺醬、濃口醤油、ごま油、サラダ油、にんにく、生姜、片栗粉、麦芽糖、寒天、別添：ラー油、山椒/酒精、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、香辛料、酸味料、乳化剤、着色料(カロチノイド)、(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303kcal、蛋白質18.8g、脂質19.4g、炭水化物16.2g、食塩相当量1.13g(推定値)	栄養成分表示 1人前あたり	熱量243kcal、蛋白質9.2g、脂質16.6g、炭水化物16.6g、食塩相当量1.9g(推定値)
3食	5食	5食	
品目	中華あんと食べる白身魚の唐揚げ	品目	チキンソテー 和風玉ねぎソース
原材料名	白身魚の唐揚げ(ホキ(ニュージーランド産)、片栗粉、サラダ油、塩こうじ)、中華あん(小松菜、玉ねぎ、人参、本みりん、料理酒、オイスターソース、濃口醤油、ガラスープの素、砂糖、片栗粉、麦芽糖、寒天)/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、酸味料、酒精、(一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む)	原材料名	鶏もも肉(国産)、ソーテードオニオン、グリルトマト、薄口醤油、本みりん、塩こうじ、りんご酢、サラダ油、無塩バター、にんにく、パセリ/酒精、酸味料、糊料(キサンタン)、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量184kcal、蛋白質12.6g、脂質7.6g、炭水化物16.1g、食塩相当量1.43g(推定値)	栄養成分表示 1人前あたり	熱量362kcal、蛋白質22.8g、脂質23g、炭水化物17.5g、食塩相当量2.33g(推定値)
5食		【全商品に関する補足事項】	
品目	7種の野菜が入ったドライカレー	※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	
原材料名	合挽肉(豚肉(アメリカ産)、牛肉)、玉ねぎ、カレー、ソーセージ、にんじんペースト、トマトペースト、かぼちゃペースト、とうもろこしペースト、ビュレ状野菜加工品、ごぼうピュレ、サラダ油、無塩バター、にんにく、生姜、濃口醤油、カレー粉、パセリ/調味料(アミノ酸等)、着色料(カラ)、乳化剤、酸味料、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、香辛料、増粘多糖類、(一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・やまいもを含む)	※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)	
栄養成分表示 1人前あたり	熱量311kcal、蛋白質16.2g、脂質21.5g、炭水化物17.2g、食塩相当量1.5g(推定値)	※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