



副菜

3食	5食倍量
品目	蒸し鶏とオクラの和風ナムル
原材料名	オクラ(ベトナム製造)、蒸し鶏、長ねぎ、濃口醤油、ごま油、米酢、白ごま、昆布茶、麦芽糖、寒天、にんにく/pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、重曹、グリシン、増粘多糖類、酸化防止剤(V.C)、酸味料、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量52kcal、蛋白質5.8g、脂質2.1g、炭水化物3.2g、食塩相当量0.45g(推定値)

3食	5食倍量
品目	ごぼうとひき肉の韓国風炒め
原材料名	ごぼう(中国産)、豚挽肉、にんにくの芽、人参、煮魚のたれ、コシジャン、ごま油、サダ油、にんにく、白ごま、ガラスープの素、塩こうじ、糸唐辛子、麦芽糖、寒天/加工澱粉、トハロース、調味料(アミノ酸)、酒精、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、酸味料、着色料(カラメル)、(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93kcal、蛋白質5g、脂質5.2g、炭水化物8.6g、食塩相当量0.63g(推定値)

3食	5食
品目	蒸し野菜のツナソース
原材料名	蒸し野菜(さつまいも(国産)、かぼちゃ、カリフラワー、人参、ブロッコリー、蓮根)、ツナソース(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・ゼラチン・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量79kcal、蛋白質3.4g、脂質3.2g、炭水化物10.6g、食塩相当量0.35g(推定値)

3食	5食
品目	筍とつみれの炊き合わせ
原材料名	たけのこ(中国製造)、だし汁、真鯛入りつみれ、人参、塩こうじ、本みりん、薄口醤油/調味料(アミノ酸)、酒精、(一部に小麦・さば・ゼラチン・大豆・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2.4g、炭水化物6.6g、食塩相当量1.1g(推定値)

3食	5食
品目	海老と卵の中華炒め
原材料名	バナメイ(インド製造)、卵、カリフラワー、玉ねぎ、ケチャップ、きくらげ、砂糖、濃口醤油、ごま油、サダ油、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81kcal、蛋白質5g、脂質4.2g、炭水化物6.2g、食塩相当量1.0g(推定値)

5食	
品目	春雨サラダ
原材料名	春雨(中国製造)、かに風味かまぼこ、きくらげ、人参、パプリカ、濃口醤油、米酢、ごま油、砂糖、白ごま、麦芽糖、寒天/加工澱粉、トハロース、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、炭酸Ca、乳化剤、増粘多糖類、香料、着色料(トマト)、(一部にかに・小麦・卵・ごま・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量65kcal、蛋白質1.1g、脂質1.7g、炭水化物11.9g、食塩相当量0.53g(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	みそ旨チーズタッカルビ
原材料名	鶏もも肉(国産)、じゃがいも加工品、ナチュラルチーズ、玉ねぎ、ケチャップ、白味噌、塩麹、砂糖、本みりん、濃口醤油、ごま油、にんにく、糸唐辛子/セルロース、酒精、pH調整剤、(一部に小麦・乳成分・ごま・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量320kcal、蛋白質21.2g、脂質18.8g、炭水化物17.8g、食塩相当量2.33g(推定値)

3食	5食
品目	ぷりぷりっ！のエビカツ
原材料名	エビカツ(国内製造)、サラダ油、別添：タルタルソース/糊料(加工澱粉、キサンタン)、調味料(アミノ酸)、香辛料、(一部にえび・小麦・卵・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量222kcal、蛋白質11.4g、脂質14.5g、炭水化物11.7g、食塩相当量0.75g(推定値)

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 1人前あたり	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)

3食	5食
品目	7種の野菜が入ったドライカレー
原材料名	合挽肉(豚肉(アメリカ産)、牛肉)、玉ねぎ、カレー粉、トマト、にんにく、にんじん、パースト、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、ピュール野菜加工品、ごぼうピューレ、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(カラム)、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)
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)

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 1人前あたり	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)

【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