Tsuklio™
ツクリオ

7/27 (月)～ 8/2 (日)　のメニュー

副菜

3食　5食倍量

品目	小松菜のチャプチェ風
原材料名	春雨(中国製造)、小松菜、豚挽肉、ぶなしめじ、きくらげ、人参、ｵｲｽﾀｰｿｰｽ、濃口醤油、本みりん、ごま油、料理酒、ｻﾗﾀﾞ油、塩こうじ、生姜、白ごま、ｶﾞﾗｽﾌﾟの素、にんにく、麦芽糖、寒天/調味料(ｱﾐ酸等)、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、加工澱粉、ﾄﾚﾊﾛｰｽ、pH調整剤、酸味料、酸化防止剤(V.C)、酒精、乳化剤、香辛料、(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78kcal、蛋白質3.1g、脂質4.2g、炭水化物8g、食塩相当量0.7g(推定値)

3食　5食倍量

品目	素麺のお供に！夏野菜のうま煮
原材料名	揚げ茄子(中国製造)、鶏もも肉、いんげん、オクラ、そばつゆ、枝豆、塩こうじ、生姜/調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、酒精、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、(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80kcal、蛋白質3.8g、脂質5.4g、炭水化物4.4g、食塩相当量1.08g(推定値)

3食　5食

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 1人前あたり	熱量59kcal、蛋白質3.8g、脂質3.5g、炭水化物3.8g、食塩相当量0.5g(推定値)

3食　5食

品目	豆腐と海老の中華炒め
原材料名	豆腐(国内製造)、ﾊﾞﾅﾒｲｴﾋﾞ、小松菜、水煮たけのこ、きくらげ、ｵｲｽﾀｰｿｰｽ、ごま油、ｶﾞﾗｽﾌﾟの素、濃口醤油、にんにく、砂糖、生姜、麦芽糖、寒天/加工澱粉、調味料(ｱﾐ酸等)、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、凝固剤、ﾄﾚﾊﾛｰｽ、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、酸味料、乳化剤、香辛料、漂白剤(亜硫酸塩)、(一部にえび・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54kcal、蛋白質4.5g、脂質2.5g、炭水化物3.7g、食塩相当量0.98g(推定値)

3食　5食

品目	厚揚げの南蛮漬け
原材料名	厚揚げ(国内製造)、玉ねぎ、米酢、パプリカ、濃口醤油、本みりん、人参、砂糖、麦芽糖、寒天/加工澱粉、凝固剤、酵素、増粘多糖類、(一部に小麦・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量75kcal、蛋白質3.5g、脂質2.7g、炭水化物10g、食塩相当量0.78g(推定値)

5食

品目	かぼちゃとさつまいものデリ風サラダ
原材料名	さつまいも(国産)、かぼちゃ、サラダクリーミードレッシング、レーズン、くるみ、はちみつ、りんご酢、オリーブオイル、マスタード/糊料(加工澱粉、キサンタン)、調味料(アミノ酸等)、酸味料、香辛料、酸化防止剤(亜硫酸塩)、(一部にくるみ・卵・大豆・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量90kcal、蛋白質1g、脂質3.2g、炭水化物16.1g、食塩相当量0.2g(推定値)

※はちみつを使用しています。１歳未満の乳児には与えないでください

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	デミグラスソースハンバーグ
原材料名	合挽肉(豚肉(アメリカ産)、牛肉)、卵、デミグラスソース、トマトソース、玉ねぎ、パン粉、塩麹、無塩バター、ナツメグ、パセリ/着色料(カラメル、カロチノイド)、酸味料、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、乳化剤、酒精、イーストフード、V.C、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・ゼラチン・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量295kcal、蛋白質19.4g、脂質20.2g、炭水化物11.9g、食塩相当量1.05g(推定値)

3食 5食

品目	彩りナムルとそぼろのビビンバ
原材料名	豚挽肉(ｱﾒﾘｶ産)、ぶなしめじ、ほうれん草、人参、ぜんまい、濃口醤油、料理酒、塩こうじ、砂糖、ごま油、生姜、ｻﾗﾀﾞ油、にんにく、ｶﾞﾗｽｰﾌﾟの素、白ごま、麦芽糖、寒天、ｺﾁｼﾞｬﾝ/加工澱粉、調味料(ｱﾐﾉ酸等)、ﾄﾚﾊﾛｰｽ、pH調整剤、乳酸Ca、酸味料、酸化防止剤(V.C)、酒精、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231kcal、蛋白質15.5g、脂質16g、炭水化物10.5g、食塩相当量1.8g(推定値)

3食 5食

品目	鶏唐揚げの冷製トマトにらだれ
原材料名	唐揚げ(鶏むね肉(タイ産)、片栗粉、サラダ油、塩こうじ)、トマトにらだれ(グリルトマト、にら、長ねぎ、濃口醤油、米酢、砂糖、ごま油、白ごま、麦芽糖、寒天、生姜)/酒精、増粘多糖類、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、(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286kcal、蛋白質24.4g、脂質12.9g、炭水化物19.9g、食塩相当量1.43g(推定値)

5食

品目	照り焼きチキン
原材料名	鶏もも肉(国産)、長ねぎ、ピーマン、煮魚のたれ、塩こうじ、サラダ油、麦芽糖、寒天/酒精、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、着色料(カラメル)、(一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量250kcal、蛋白質17.5g、脂質16.8g、炭水化物8.9g、食塩相当量1.3g(推定値)

5食

品目	カレーポークビーンズ
原材料名	豚肉(アメリカ産)、玉ねぎ、じゃがいも加工品、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、トマトペースト、サラダ油、塩こうじ、砂糖、ナチュラルチーズ、にんにく、麦芽糖、寒天、カレー粉、ナツメグ/着色料(カラメル)、調味料(アミノ酸)、増粘多糖類、pH調整剤、酒精、(一部に乳成分・大豆・豚肉・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量247kcal、蛋白質14.5g、脂質13.8g、炭水化物19.8g、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・くるみ等のアレルゲン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