Tsuklio™
ツクリオ

11/9 (月)〜 11/15 (日) のメニュー

副菜

3食 5食倍量

品目	ふーイリチー
原材料名	車ふ(国内製造)、キャベツ、卵、白だし、玉ねぎ、豚もも肉、サラダ油、ごま油、濃口醤油、砂糖、液体だし、かつお節、塩こうじ、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸等)、酒精、酸化防止剤(V.E)、着色料(カラメル)、増粘多糖類、(一部に小麦・卵・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104kcal、蛋白質5.3g、脂質6.8g、炭水化物5.6g、食塩相当量1.4g(推定値)

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/調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、増粘多糖類、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53kcal、蛋白質6.7g、脂質1.9g、炭水化物2.7g、食塩相当量0.48g(推定値)

3食 5食

品目	ごま香る白和え
原材料名	豆腐加工品(国内製造)、人参、きくらげ、枝豆、干し椎茸、白ごま、ごま油、麦芽糖、寒天/凝固剤、調味料(アミノ酸等)、酒精、香料、酸味料、増粘多糖類、(一部に卵・ごま・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量79kcal、蛋白質5.1g、脂質3.9g、炭水化物6.5g、食塩相当量0.45g(推定値)

3食 5食

品目	しょうが香るホットなサラダ
原材料名	長いも(国産)、カリフラワー、ブロッコリー、蓮根、グリルチキン、ぶなしめじ、塩麹、ごま油、生姜、オイスターソース、サラダ油、麦芽糖、寒天/pH調整剤、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、グリシン、調味料(アミノ酸等)、酒精、酸化防止剤(V.C)、(一部にごま・大豆・鶏肉・やまいもを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量48kcal、蛋白質3g、脂質1.5g、炭水化物6.3g、食塩相当量0.48g(推定値)

3食 5食

品目	かぼちゃのそぼろあんかけ
原材料名	かぼちゃ(国産)、鶏むね挽肉、濃口醤油、本みりん、料理酒、液体だし、片栗粉、サラダ油、砂糖、麦芽糖、寒天/酸味料、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、(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59kcal、蛋白質3.1g、脂質1.2g、炭水化物10g、食塩相当量0.3g(推定値)

5食

品目	大根とにんじんの旨塩きんぴら
原材料名	大根(国産)、人参、蒸し鶏、塩こうじ、本みりん、ごま油、きざみ海苔、麦芽糖、寒天/調味料(アミノ酸)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、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 1人前あたり	熱量34kcal、蛋白質3g、脂質0.7g、炭水化物4.6g、食塩相当量0.53g(推定値)

※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

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	サバの胡麻照り焼き
原材料名	さば(ノルウェー産又はイギリス産)、本みりん、料理酒、濃口醤油、塩こうじ、砂糖、白ごま、生姜、麦芽糖、寒天/酸味料、調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、増粘多糖類、酸化防止剤(V.C)、(一部に小麦・ごま・さば・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量321kcal、蛋白質16.4g、脂質24.7g、炭水化物9.5g、食塩相当量1.78g(推定値)

※さばの産地は今年度の使用計画順

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、ｶﾚｰﾙｳ、ｿｰﾃｰﾄﾞｵﾆｵﾝ、にんじんﾍﾟｰｽﾄ、ﾄﾏﾄﾍﾟｰｽﾄ、かぼちゃﾍﾟｰｽﾄ、とうもろこしﾍﾟｰｽﾄ、ﾋﾟｭｰﾚｰ状野菜加工品、ごぼうﾋﾟｭｰﾚｰ、ｻﾗﾀﾞ油、無塩ﾊﾞﾀｰ、にんにく、生姜、濃口醤油、ｶﾚｰ粉、ﾊﾟｾﾘ/調味料(ｱﾐﾉ酸等)、着色料(ｶﾗﾒﾙ)、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327kcal、蛋白質16.1g、脂質22.8g、炭水化物17.2g、食塩相当量1.5g(推定値)

3食 5食

品目	チキンカツのトマトチーズソース
原材料名	鶏むね肉(国産)、トマトソース、ナチュラルチーズ、パン粉、サラダ油、玉ねぎ、フライ用調味料、塩こうじ、薄口醤油/加工澱粉、セルロース、増粘多糖類、着色料(カロチノイド)、酸味料、pH調整剤、乳化剤、イーストフード、V.C、酒精、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量302kcal、蛋白質24.1g、脂質14g、炭水化物21.5g、食塩相当量1.63g(推定値)

5食

品目	お好みバーグごろごろ卵のせ
原材料名	豚挽肉(ｱﾒﾘｶ産)、ｷｬﾍﾞﾂ、たまごｻﾗﾀﾞ、玉ねぎ、中濃ｿｰｽ、濃口醤油、ﾊﾟﾝ粉、塩こうじ、人参、卵、ｹﾁｬｯﾌﾟ、砂糖、かつお節、麦芽糖、寒天、青のり/糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、調味料(ｱﾐﾉ酸)、着色料(ｶﾗﾒﾙ、ｶﾛﾁﾝ)、加工澱粉、酢酸Na、ｸﾞﾘｼﾝ、pH調整剤、酒精、乳化剤、ｲｰｽﾄﾌｰﾄﾞ、V.C、(一部に小麦・卵・乳成分・ｾﾞﾗﾁﾝ・大豆・豚肉・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量276kcal、蛋白質17.9g、脂質15.2g、炭水化物18.5g、食塩相当量2.7g(推定値)

5食

品目	豚肉とイカのXO醤炒め
原材料名	豚もも肉(ﾌﾞﾗｼﾞﾙ産)、あかいか、ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ、黄ﾋﾟｰﾏﾝ、玉ねぎ、塩こうじ、XO醤、料理酒、きくらげ、ｵｲｽﾀｰｿｰｽ、ごま油、ｻﾗﾀﾞ油、にんにく、生姜、麦芽糖、寒天、ｶﾞﾗｽｰﾌﾟの素、ﾅﾝﾌﾟﾗｰ/調味料(ｱﾐﾉ酸等)、糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、加工澱粉、ﾄﾚﾊﾛｰｽ、酒精、酸味料、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、乳化剤、香辛料、(一部にえび・小麦・乳成分・いか・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198kcal、蛋白質18.3g、脂質10.5g、炭水化物7.8g、食塩相当量1.55g(推定値)

※茶色の欠片はXO醤に含まれる干しエビです

【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