



## 副菜

3食	5食倍量
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食倍量
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
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、トレハロース、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62kcal、蛋白質1g、脂質1.7g、炭水化物11.3g、食塩相当量0.5g(推定値)

3食	5食
品目	ブロッコリーと卵のデリ風サラダ
原材料名	ブロッコリー(エクアドル製造)、たまごサラダ、じゃがいも加工品、サラダクリーミードレッシング、キャロットサラダ、マスタード、ホワイトペッパー/糊料(加工澱粉、キサンタン)、調味料(アミノ酸等)、加工澱粉、酢酸Na、グリシン、酸味料、着色料(カロチン)、香辛料、香料、酸化防止剤(亜硫酸塩)、(一部に小麦・卵・乳成分・ゼラチン・大豆・りんごを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量73kcal、蛋白質2.2g、脂質5.2g、炭水化物4.8g、食塩相当量0.5g(推定値)

3食	5食
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)

5食	
品目	ラタトゥイユ
原材料名	なす(国産)、スギキニ、トマトソース、黄ピーマン、赤ピーマン、ペーコン、サラダ油、オリーブオイル、にんにく、赤ワインセラー、麦芽糖、寒天、デイルウィード、ホワイトペッパー/リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸)、セインNa、酸化防止剤(V.C、亜硫酸塩)、酸味料、着色料(カラメル、クチナシ)、pH調整剤、発色剤(亜硝酸Na)、増粘多糖類、ゼラチン、(一部に卵・乳成分・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62kcal、蛋白質1.8g、脂質4.4g、炭水化物4.4g、食塩相当量0.28g(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

<b>3食</b>	<b>5食</b>
品目	辛くないマーボーなす
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(クロチノイド)、(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)

<b>3食</b>	<b>5食</b>
品目	牛バラ大根
原材料名	牛バラ肉(アメリカ産)、大根加工品、だし汁、濃口醤油、本みりん、料理酒、砂糖、葉大根、サラダ油、生姜/調味料(アミノ酸等)、酸味料、着色料(カラメル)、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、(一部に小麦・牛肉・さば・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量341kcal、蛋白質13.1g、脂質27.2g、炭水化物12.3g、食塩相当量2.0g(推定値)

<b>3食</b>	<b>5食</b>
品目	白身魚のフライ
原材料名	パンガンウス(ベトナム製造)、パン粉、サラダ油、バターミックス粉、別添：タルタルソース/クエン酸K、糊料(キサンタン、加工澱粉)、調味料(アミノ酸)、乳化剤、pH調整剤、イーストフード、香辛料、V.C、加工澱粉、着色料(VB2)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量313kcal、蛋白質16.7g、脂質22.6g、炭水化物13.6g、食塩相当量0.5g(推定値)

<b>5食</b>	
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)

<b>5食</b>	
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)

<b>【全商品に関する補足事項】</b>
※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