



Tsuklio
ツクリオ

10/12 (月)～10/18 (日)のメニュー

副菜

3食	5食倍量
品目	ひよこ豆とソーセージの煮込み
原材料名	ソーセージ(国内製造)、ゲリトマト、ひよこ豆、玉ねぎ、オリーブオイル、キノコソム、にんにく、麦芽糖、寒天、パセリ/カインNa、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、着色料(カラメル)、酸味料、酸化防止剤(V.C)、発色剤(亜硝酸Na)、増粘多糖類、(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127kcal、蛋白質4.9g、脂質8.6g、炭水化物6.9g、食塩相当量0.65g(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
品目	いり豆腐
原材料名	豆腐(国内製造)、卵、鶏むね挽肉、こんにゃく、人参、濃口醤油、サラダ油、干し椎茸、いんげん、長ねぎ、本みりん、料理酒、砂糖、液体だし、麦芽糖、寒天/凝固剤、水酸化Ca、酸味料、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、着色料(カラメル)、(一部に小麦・卵・大豆・鶏肉を含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量87kcal、蛋白質4.9g、脂質5.8g、炭水化物3.8g、食塩相当量0.55g(推定値)

3食	5食倍量
品目	ひじきと切り干し大根のサラダ
原材料名	切り干し大根(中国製造)、ツナフレーク、ひじき、サラダクリーミードレッシング、人参、昆布つゆ、枝豆、白ごま、米酢、かつお節/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、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69kcal、蛋白質3.8g、脂質3.6g、炭水化物6.1g、食塩相当量0.58g(推定値)

3食	5食
品目	かぼちゃのハニーナッツサラダ
原材料名	かぼちゃ(輸入又は国産)、はちみつ、ローストピーナッツ加工品、塩こうじ、ナチュラルチーズ、アーモンド、マスタートード/糊料(セルロース)、酒精、酸味料、酸化防止剤(亜硫酸塩)、(一部に乳成分・落花生・アーモンドを含む)
栄養成分表示 1人前あたり	熱量84kcal、蛋白質2.4g、脂質2.4g、炭水化物15.5g、食塩相当量0.18g(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	
※かぼちゃの産地は今年度の使用計画順	

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)



Tsuklio
ツクリオ

10/12 (月)～10/18 (日)のメニュー

副菜

3食

5食倍量

品目 ひよこ豆とソーセージの煮込み

原材料名 ソーセージ(国内製造)、ゲリトマト、ひよこ豆、玉ねぎ、オリーブオイル、キノコソム、にんにく、麦芽糖、寒天、パセリ/カレーNa、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、着色料(カラメル)、酸味料、酸化防止剤(V.C)、発色剤(亜硝酸Na)、増粘多糖類、(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 熱量127kcal、蛋白質4.9g、脂質8.6g、炭水化物6.9g、食塩相当量0.65g(推定値)
1人前あたり

3食

5食倍量

品目 ひじきと切り干し大根のサラダ

原材料名 切り干し大根(中国製造)、ツナフレーク、ひじき、サラダクリーミードレッシング、人参、昆布つゆ、枝豆、白ごま、米酢、かつお節/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、酒精、(一部に小麦・卵・ごま・さば・大豆を含む)

栄養成分表示 熱量69kcal、蛋白質3.8g、脂質3.6g、炭水化物6.1g、食塩相当量0.58g(推定値)
1人前あたり

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 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)
1人前あたり

3食

5食

品目 かぼちゃのハニーナッツサラダ

原材料名 かぼちゃ(国産)、はちみつ、ローストピーナッツ加工品、塩こうじ、ナチュラルチーズ、アーモンド、マスタード/糊料(セルロース)、酒精、酸味料、酸化防止剤(亜硫酸塩)、(一部に乳成分・落花生・アーモンドを含む)

栄養成分表示 熱量84kcal、蛋白質2.4g、脂質2.4g、炭水化物15.5g、食塩相当量0.18g(推定値)
1人前あたり

※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

3食

5食

品目 いり豆腐

原材料名 豆腐(国内製造)、卵、鶏むね挽肉、こんにゃく、人参、濃口醤油、サラダ油、干し椎茸、いんげん、長ねぎ、本みりん、料理酒、砂糖、液体だし、麦芽糖、寒天/凝固剤、水酸化Ca、酸味料、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、着色料(カラメル)、(一部に小麦・卵・大豆・鶏肉を含む)

栄養成分表示 熱量87kcal、蛋白質4.9g、脂質5.8g、炭水化物3.8g、食塩相当量0.55g(推定値)
1人前あたり

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 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)
1人前あたり

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 チキンのトマトクリームソース

原材料名 鶏もも肉(タイ産)、トマトソース、ソーダ、オリーブオイル、牛乳、オリーブオイル、塩、こしょう、乳等を主要原料とする食品、オリーブオイル/糊料(加工澱粉、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、酒精、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、加工澱粉、pH調整剤、香料、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉を含む)

栄養成分表示 1人前あたり 熱量295kcal、蛋白質20.6g、脂質20g、炭水化物10.2g、食塩相当量1.13g(推定値)

3食 5食

品目 香味だれがやみつき！赤魚の唐揚げ

原材料名 赤魚(アメリカ産)、片栗粉、長ねぎ、サラダ油、濃口醤油、米酢、砂糖、塩、こしょう、黄ピーマン、赤ピーマン、ごま油、生姜、にんにく、麦芽糖、寒天/酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、酒精、調味料、増粘多糖類、乳化剤、香辛料、(一部に小麦・ごま・大豆を含む)

栄養成分表示 1人前あたり 熱量326kcal、蛋白質20.4g、脂質16.1g、炭水化物23.7g、食塩相当量2.1g(推定値)

5食

品目 カレーポークビーンズ

原材料名 豚肉(ブラジル産)、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、オリーブオイル、トマトペースト、サラダ油、塩、こしょう、砂糖、チキンスープ、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)

※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

3食 5食

品目 しみしみ豚バラ大根

原材料名 豚バラ肉(ブラジル産)、大根加工品、濃口醤油、液体だし、砂糖、塩、こしょう、葉大根、生姜、麦芽糖、寒天、ごま油/酒精、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、増粘多糖類、(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310kcal、蛋白質11.8g、脂質27.1g、炭水化物7.4g、食塩相当量1.38g(推定値)

5食

品目 大葉入り鶏つくね

原材料名 鶏もも挽肉(ブラジル産)、煮魚のたれ、パン粉、塩、こしょう、濃口醤油、大葉、生姜、片栗粉、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)、pH調整剤、乳化剤、イーストフード、V.C、酸化防止剤(V.C)、(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271kcal、蛋白質20.3g、脂質16.6g、炭水化物11.7g、食塩相当量1.85g(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