

減塩おかずセット商品リスト

	「減塩おかずセット」 週替わり【5食1セット】 ※2025年5月1日現在	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	アレルギー
A	・ 赤魚のきのこ餡	273 kcal	19.8 g	13.6 g	19.2 g	1.8 g	卵・乳成分・小麦
	・ スパイスキキンカレー	295 kcal	18.2 g	16.0 g	22.8 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・ 肉団子と厚揚げの中華おろしだれ	295 kcal	18.2 g	15.6 g	23.4 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦・かに
	・ 豚肉のさっぱり中華風	280 kcal	18.5 g	15.2 g	19.3 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・ 白身魚のアクアパッツァ	272 kcal	19.4 g	13.8 g	20.7 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦・えび・かに
B	・ 豚しゃぶの生姜風味	301 kcal	19.4 g	14.7 g	23.0 g	1.7 g	卵・小麦
	・ 鰺(アジ)フライのタルタルソース	297 kcal	18.4 g	15.9 g	22.4 g	1.8 g	卵・乳成分・小麦・えび・かに
	・ 赤魚と茄子のトマト煮込み	280 kcal	19.3 g	14.3 g	21.1 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・ 鶏から揚げの甘酢あん	275 kcal	20.1 g	14.2 g	20.8 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・ 和風ハンバーグおろしソース	294 kcal	18.4 g	15.4 g	23.2 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
C	・ 韓国風プルコギ	281 kcal	18.2 g	15.4 g	19.2 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・ 豚とキャベツのおろしソース	287 kcal	19.6 g	14.0 g	21.5 g	1.7 g	卵・小麦
	・ 鶏の照り煮	284 kcal	18.2 g	14.0 g	23.4 g	1.9 g	卵・小麦
	・ 鰹(タラ)の和風あん	281 kcal	18.6 g	14.0 g	22.7 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・ 鰺(アジ)の香味焼き	276 kcal	20.1 g	13.7 g	21.1 g	1.8 g	卵・乳成分・小麦
D	・ 鶏のにんにく醤油あん	272 kcal	18.6 g	13.6 g	21.8 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・ 赤魚の生姜煮	279 kcal	18.2 g	14.7 g	19.3 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・ チーズハンバーグ デミグラスソース	280 kcal	18.2 g	15.1 g	20.0 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・ 白身魚のパンプキンソース	278 kcal	19.5 g	13.9 g	23.4 g	1.4 g	小麦
	・ 牛肉のガーリックペッパー焼き	289 kcal	18.3 g	15.4 g	20.8 g	1.9 g	小麦
E	・ ポークのデミグラスソース マスタード風味	287 kcal	18.2 g	15.9 g	20.7 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦・かに
	・ 鰯(ブリ)の照焼き	274 kcal	20.1 g	15.1 g	19.7 g	1.7 g	卵・小麦
	・ 白身魚のバジルホワイトソース	278 kcal	19.3 g	15.7 g	20.8 g	1.5 g	卵・乳成分・小麦
	・ 豚肉のトロ玉あん	279 kcal	19.0 g	14.1 g	20.7 g	1.8 g	卵・乳成分・小麦
	・ 鰯(ニシン)の塩焼き	274 kcal	18.3 g	14.0 g	19.5 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦

＊お届けは毎週月曜日です（お盆・年末年始は別途ご案内します）。5食1セットをダンボールに梱包してヤマト運輸「クール宅急便（冷凍）」でお届けします。

＊商品の内容・栄養価については、原材料の仕入れ状況により変更になる場合がございます。

〔問い合わせ先〕 パルシステム千葉 夕食宅配受付センター 電話：0120－228－566 〔受付時間〕 月～金 10：00～18：30

減塩おかずセット商品リスト

	「減塩おかずセット」 週替わり【5食1セット】 ※2025年5月1日現在	① (主菜)	② (副菜)	③ (副菜)	④ (副菜)
A	・ 赤魚のきのこ餡	赤魚のきのこ餡	豚肉と切り干し大根の煮物	辛子入りマカロニサラダ	水菜と春雨の白和え
	・ スパイスチキンカレー	スパイスチキンカレー	鶏と赤インゲン豆	キャロットラペ	コーンと三色パプリカのライタ
	・ 肉団子と厚揚げの中華おろしだれ	肉団子と厚揚げの中華おろしだれ	蒸し鶏の香味和え	大豆とひき肉の中華トマト煮	かぶのカニカマあん
	・ 豚肉のさっぱり中華風	豚肉のさっぱり中華風	さつま芋の甘煮	豆腐のトマトチリソース	とろとろ玉子と蒸し鶏
	・ 白身魚のアクアパッツァ	白身魚のアクアパッツァ	ペンネバジルソース	クリーミーポテト	赤いんげん豆とブロッコリーのコンソメソース
B	・ 豚しゃぶの生姜風味	豚しゃぶの生姜風味	ほうれん草胡麻和え	豆腐のうま煮	赤いんげん豆の甘煮
	・ 鰯(アジ)フライのタルタルソース	鰯(アジ)フライのタルタルソース	ハーブ空豆のクリームソース	あさりと平茸のアヒージョ風	蒸し鶏と菜の花のサウザンドドレッシング
	・ 赤魚と茄子のトマト煮込み	赤魚と茄子のトマト煮込み	アスパラベーコン	フィジリのアヒージョソース	ヤングコーンのハニーマスタード和え
	・ 鶏から揚げの甘酢あん	鶏から揚げの甘酢あん	青梗菜と白いんげん豆の白湯スープ	そぼろ豆腐	野菜とキクラゲの炒め物
	・ 和風ハンバーグおろしソース	和風ハンバーグおろしソース	小松菜のお浸し	チキン胡麻だれ和え	さつまいもと赤いんげん豆の甘煮
C	・ 韓国風プルコギ	韓国風プルコギ	厚焼玉子の青ネギソース	水餃子	菜の花のナムル
	・ 豚とキャベツのおろしソース	豚とキャベツのおろしソース	厚揚げ煮	オクラとひじきの和え物	さつまいもの甘煮
	・ 鶏の照り煮	鶏の照り煮	いところ煮	大根のみそ田楽	小松菜きのこあん
	・ 鱈(タラ)の和風あん	鱈(タラ)の和風あん	さつまいもの黒蜜あん	ごぼうサラダ	小松菜の鶏そぼろ和え
	・ 鰯(アジ)の香味焼き	鰯(アジ)の香味焼き	野菜と木耳の炒め物	ほうれん草と揚げのお浸し	ポテトサラダ
D	・ 鶏のにんにく醤油あん	鶏のにんにく醤油あん	かぼちゃと赤インゲン豆の甘煮	ほうれん草のおひたし	人参の和風マリネ
	・ 赤魚の生姜煮	赤魚の生姜煮	春雨と野菜の和風炒め	ごぼうサラダ	里芋やわらか煮
	・ チーズハンバーグ デミグラスソース	チーズハンバーグ デミグラスソース	フィジリのアンチョビソース	チキンの豆乳ソース	ブロッコリーとツナ
	・ 白身魚のパンプキンソース	白身魚のパンプキンソース	シェルマカロニのトマトソース	ほうれん草と平茸のソテー	豆と野菜のマリネ
	・ 牛肉のガーリックペッパー焼き	牛肉のガーリックペッパー焼き	豆とパスタのサラダ	ツナと菜の花のフレンチドレッシング	りんごのコンポート
E	・ ポークのデミグラスソース マスタード風味	ポークのデミグラスソース マスタード風味	クラムチャウダーマカロニ	ポテトとグリーンピースのコンソメ煮	菜の花のイタリアン
	・ 鰯(ブリ)の照焼き	鰯(ブリ)の照焼き	オクラひじき	おでん風	大学芋風
	・ 白身魚のバジルホワイトソース	白身魚のバジルホワイトソース	そら豆と舞茸のアヒージョ	トマト入りスクランブルエッグ	シャキシャキポテト
	・ 豚肉のトロ玉あん	豚肉のトロ玉あん	肉団子とレンコン煮	小松菜のツナ和え	切干大根煮
	・ 鯿(ニシン)の塩焼き	鯿(ニシン)の塩焼き	昆布煮豆	鶏肉とブロッコリーの梅ドレッシング	じゃがバター

＊お届けは毎週月曜日です（お盆・年末年始は別途ご案内します）。5食1セットをダンボールに梱包してヤマト運輸「クール宅急便（冷凍）」でお届けします。

＊商品の内容・栄養価については、原材料の仕入れ状況により変更になる場合がございます。

〔問い合わせ先〕 パルシステム千葉 夕食宅配受付センター 電話：0120－228－566 〔受付時間〕 月～金 10：00～18：30