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】 ※2026年11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	アレルゲン
A	・赤魚のきのこ餡	271 kcal	20.0 g	13.1 g	19.6 g	1.8 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
	・鶏と里芋の梅おかか和え	275 kcal	18.2 g	15.1 g	19.2 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・鶏肉のみそチーズ焼き風	278 kcal	18.9 g	13.3 g	22.3 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・鱈(タラ)のガリバタ醤油風	271 kcal	18.4 g	14.7 g	19.7 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
B	・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
	・豚肉の和風バーベキューソース	273 kcal	19.7 g	14.1 g	19.6 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・キーマカレー	279 kcal	18.3 g	14.7 g	19.7 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦・えび
	・鯵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
C	・白身魚フライのガーリックバター	279 kcal	18.9 g	13.7 g	21.6 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦・えび
	・チキンのケチャップ煮	272 kcal	18.5 g	14.5 g	20.7 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・鯵(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
	・ミートボールのトマトチーズ	285 kcal	19.0 g	13.8 g	22.6 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・赤魚の甘酢あんかけ	273 kcal	18.2 g	13.4 g	21.6 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
D	・照りマヨチキン	304 kcal	18.3 g	16.0 g	23.2 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・赤魚の生姜煮	279 kcal	18.2 g	14.7 g	19.2 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	272 kcal	18.8 g	13.5 g	21.0 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・牛肉のガーリックペッパー焼き	296 kcal	18.3 g	16.0 g	21.3 g	1.9 g	小麦
	・白身魚のパンプキンソース	276 kcal	18.2 g	13.9 g	23.4 g	1.9 g	卵・小麦
E	・鰤(ブリ)の照焼き	274 kcal	20.1 g	15.1 g	19.7 g	1.7 g	卵・小麦
	・豚肉のトロ玉あん	281 kcal	19.2 g	14.1 g	21.0 g	1.8 g	卵・乳成分・小麦
	・鰊(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
	・白身魚のバジルホワイトソース	271 kcal	18.2 g	14.5 g	19.9 g	1.9 g	卵・乳成分・小麦
	・鶏肉のレモンペッパー焼き	282 kcal	18.4 g	15.5 g	19.3 g	1.7 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。

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】 ※2026年11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
	・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
	・鶏と里芋の梅おかか和え	鶏と里芋の梅おかか和え	にんじんしりしり	蓮根と枝豆のわさび風味和え	菜の花の塩昆布和え
	・鶏肉のみそチーズ焼き風	鶏肉のみそチーズ焼き風	オクラとコーンのブラックペッパー和え	がんも煮	かぼちゃのごまあん
	・鱈(タラ)のガリバタ醤油風	鱈(タラ)のガリバタ醤油風	コールスロー	クリーミーコロッケ	菜の花とポテトのトマトソース
B	・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
	・豚肉の和風バーベキューソース	豚肉の和風バーベキューソース	里芋のそぼろあんかけ	ピーマンとハムの炒め物	人参とひじきの白和え
	・キーマカレー	キーマカレー	葉大根とえびのガーリック和え	蒸し鶏と紫キャベツのマリネ	ヨーグルトフルーツサラダ
	・鯵フライのタルタルソース	鯵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レッシング
C	・白身魚フライのガーリックバター	白身魚フライのガーリックバター	ミックスビーンズのホワイトチーズ	チキンのバーベキューソース	イカのマリネ
	・チキンのケチャップ煮	チキンのケチャップ煮	人参のホワイトソース	バジルポテト	きのこのコンソメ煮
	・鯵(アジ)の香味焼き	鯵(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
	・ミートボールのトマトチーズ	ミートボールのトマトチーズ	ブロッコリーのガーリックペッパー	バジルチキン	菜の花と炒り玉子
	・赤魚の甘酢あんかけ	赤魚の甘酢あんかけ	中華サラダ	鶏団子のごまスープ	南瓜の韓国風タルタル
D	・照りマヨチキン	照りマヨチキン	オクラと昆布の彩り和え	ごぼうの甘辛煮	揚げなす
	・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
	・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
	・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
E	・鰤(ブリ)の照焼き	鰤(ブリ)の照焼き	オクラひじき	おでん風	大学芋風
	・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
	・鰊(ニシン)の塩焼き	鰊(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
	・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	挽肉と卵のトマトチーズ	シャキシャキポテト
	・鶏肉のレモンペッパー焼き	鶏肉のレモンペッパー焼き	ごぼうとナッツのサラダ	肉団子のトマト煮	りんごのハニーバターソース

＊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。