

【やさしい食感。】セット A 商品内容 & 栄養成分

商品表示	メニュー内容		規格	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	レンジ時間 (500W)
厚揚げと鶏肉のお煮しめ弁当	焼うどん	玉子とブロッコリー炒め物	172g	142kcal	8.7g	3.9g	17.7g	1.4g	3分30秒
カレイの煮付け弁当	鶏肉と野菜のガーリック風味	インゲンの白和え	159g	165kcal	14.9g	7.2g	10.0g	1.8g	3分30秒
さばの生姜煮弁当	茹で豚の酢味噌かけ	ブロッコリーの中華あんかけ	162g	264kcal	16.1g	18.3g	11.5g	1.2g	3分30秒
さわらのおろし煮弁当	五目豆	ハウレン草のお浸し	170g	179kcal	16.8g	8.1g	8.6g	1.4g	3分30秒
酢豚弁当	レンコンのずんだ和え	たくあん	146g	177kcal	4.8g	7.0g	24.5g	2.1g	3分30秒
とんかつ弁当	野菜の含め煮	ハウレン草サラダ	158g	151kcal	4.7g	10.1g	11.7g	0.8g	3分30秒
肉じゃが弁当	田楽豆腐	そら豆とカリフラワーのサラダ	179g	153kcal	10.1g	3.9g	19.0g	1.3g	3分30秒