

ライトアップショッピングクラブ  
 京都・銀座 末友  
 出汁で楽しむ 京うどん

1月	真鯛としじみ	きざみきつね
2月	彩り五目	カレー
3月	鶏ささみと里芋	牛肉と牛蒡
4月	野菜天と椎茸	豚肉と玉葱
5月	親子とじ	きざみきつね
6月	葱と胡麻のつけ汁	カレー
7月	穴子と野菜のつけ汁	牛肉と牛蒡
8月	合鴨と葱のつけ汁	豚肉と玉葱
9月	豚肉みぞれ	きざみきつね
10月	鱧とキノコ	カレー
11月	牡蠣	牛肉と牛蒡
12月	鍋焼き	豚肉と玉葱

### 1. 5. 9月 きざみきつね

- ・内容量  
1,000g(500g×2食入り)
- ・原材料  
めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、ゼラチン/増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等))、具(油揚げ(大豆、食用植物油脂(菜種油)、ねぎ、つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、砂糖、黒七味/凝固剤(塩化Mg)、調味料(アミノ酸等))、(一部に小麦・大豆・ゼラチンを含む)
- ・栄養成分表示(1食500gあたり)  
エネルギー:305kcal たんぱく質:11.6g 脂質:2.5g 炭水化物:58.9g 食塩相当量:5.1g
- ・アレルギー物質  
小麦 大豆 ゼラチン
- ・主な原材料の原産地  

原材料	産地
小麦粉	国内製造
大豆	日本
ねぎ	日本

### 2. 6. 10月 カレー

- ・内容量  
1,020g(510g×2食入り)
- ・原材料  
めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、カレー粉(香辛料、コーンパウダー、食用植物油脂(ベニバナ油)、ゼラチン/増粘剤(加工でん粉))、調味料(アミノ酸等))、具(牛肉、油揚げ(大豆、食用植物油脂(菜種油)、ねぎ、カレー粉(香辛料、コーンパウダー、食用植物油脂(ベニバナ油)))/凝固剤(塩化Mg)(一部に小麦・牛肉・大豆・ゼラチンを含む)
- ・栄養成分表示(1食470gあたり)  
エネルギー:262kcal たんぱく質:14.3g 脂質:0.5g 炭水化物:50.0g 食塩相当量:6.6g
- ・アレルギー物質  
小麦 牛肉 大豆 ゼラチン
- ・主な原材料の原産地  

原材料	産地
小麦粉	国内製造
牛肉	日本
油揚げ	日本

### 3. 7. 11月 牛肉と牛蒡

#### ・内容量

1,020g(510g×2)

#### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ))、ゼラチン/調味料(アミノ酸等))、具(牛肉、ごぼう、ねぎ、つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、清酒、黒七味/調味料(アミノ酸等))、(一部に小麦・牛肉・大豆・ゼラチンを含む)

#### ・栄養成分表示(1食510gあたり)

エネルギー:387kcal たんぱく質:12.3g 脂質:12.3g 炭水化物:54.4g 食塩相当量:3.8g

#### ・アレルギー物質

小麦 牛肉 大豆 ゼラチン

#### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
-----	----

小麦粉	国内製造
-----	------

牛肉	日本
----	----

野菜	日本
----	----

### 4. 8. 12月 豚肉と玉葱

#### ・内容量

1,020g(510g×2)

#### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、米みそ(米、大豆、食塩、水飴)ゼラチン/酒精、調味料(アミノ酸等))、具(豚肉、玉葱、ねぎ、さんしょう)、(一部に小麦・大豆・豚肉・ゼラチンを含む)

#### ・栄養成分表示(1食510gあたり)

エネルギー:317kcal たんぱく質:13.9g 脂質:1.4g 炭水化物:62.1g 食塩相当量:5.6g

#### ・アレルギー物質

小麦 大豆 豚肉 ゼラチン

#### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
-----	----

小麦粉	国内製造
-----	------

豚肉	日本
----	----

野菜	日本
----	----

### 1月 真鯛としじみ

#### ・内容量

1,040g(520g×2食入り)

#### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、食塩、砂糖、かつおぶしエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶエキス、しいたけエキス)、ゼラチン/増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等))、具(真鯛、わかめ、しじみ、しょうが)、(一部に小麦・大豆・ゼラチンを含む)

#### ・栄養成分表示(1食520gあたり)

エネルギー:340kcal たんぱく質:14.1g 脂質:1.0g 炭水化物:68.6g 食塩相当量:5.1g

#### ・アレルギー物質

小麦 大豆 ゼラチン

#### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
-----	----

小麦粉	国内製造
-----	------

真鯛	日本
----	----

わかめ	日本
-----	----

## 2月 彩り五目

### ・内容量

1,060g(530g×2食入り)

### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、ゼラチン/増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等))、具(えび、小松菜、ゆば、しいたけ、にんじん、油揚げ(大豆、食用植物油脂(菜種油))/凝固剤(塩化Mg)、調味料(アミノ酸等))、(一部にえび・小麦・大豆・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食530gあたり)

エネルギー:328kcal たんぱく質:14.1g 脂質:1.6g 炭水化物:64.2g 食塩相当量:4.3g

### ・アレルギー物質

えび 小麦 大豆 ゼラチン

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
えび	インドネシア、ベトナム他
野菜	日本

## 3月 鶏ささみと里芋

### ・内容量

1,040g(520g×2食入り)

### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、米みそ(米、大豆、食塩、水飴)ゼラチン/酒精、調味料(アミノ酸等))、具(鶏肉、里芋、ごぼう、にんじん)、(一部に小麦・大豆・鶏肉・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食520gあたり)

エネルギー:347kcal たんぱく質:16.2g 脂質:0.5g 炭水化物:69.3g 食塩相当量:5.1g

### ・アレルギー物質

小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
鶏肉	日本
里芋	日本

## 4月 野菜天と椎茸

### ・内容量

1,080g(540g×2食入り)

### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、ゼラチン/調味料(アミノ酸等))、具(かき揚げ(玉ねぎ、にんじん、ごぼう、沖あみ、春菊、衣(小麦粉、でん粉、コーンフラワー)、揚げ油(大豆油)/膨張剤、着色料(ビタミンB2))、(一部に小麦・乳成分・大豆・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食540gあたり)

エネルギー:443kcal たんぱく質:13.2g 脂質:6.6g 炭水化物:82.7g 食塩相当量:4.6g

### ・アレルギー物質

小麦 乳成分 大豆 ゼラチン

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
野菜	日本他
沖あみ	南水洋

## 5月 親子とじ

### ・内容量

1,140g(570g×2食入り)

### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、ゼラチン/増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等))、具(玉子、鶏肉、つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、ねぎ/調味料(アミノ酸等))、(一部に小麦・卵・大豆・鶏肉・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食570gあたり)

エネルギー:470kcal たんぱく質:26.0g 脂質:9.8g 炭水化物:69.4g 食塩相当量:4.8g

### ・アレルギー物質

小麦 卵 大豆 鶏肉 ゼラチン

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
玉子	日本
鶏肉	日本

## 6月 葱と胡麻のつけ汁

### ・内容量

600g(300g×2食入り)

### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(豚肉、つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、練りごま、清酒、調味料(アミノ酸等))、(一部に小麦・ごま・大豆・豚肉を含む)

### ・栄養成分表示(1食300gあたり)

エネルギー:494kcal たんぱく質:17.1g 脂質:19.8g 炭水化物:61.8g 食塩相当量:2.4g

### ・アレルギー物質

小麦 ごま 大豆 豚肉

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
豚肉	日本
練りごま	日本

## 7月 穴子と野菜のつけ汁

### ・内容量

600g(300g×2食入り)

### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(焼き穴子(しょうゆ(本醸造)、魚醤、清酒、みりん、食材)、つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、とうがんと、なすび/調味料(アミノ酸等))、(一部に小麦・大豆を含む)

### ・栄養成分表示(1食300gあたり)

エネルギー:260kcal たんぱく質:11.7g 脂質:1.5g 炭水化物:49.8g 食塩相当量:2.5g

### ・アレルギー物質

小麦 大豆

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
穴子	日本
野菜	日本

## 8月 合鴨と葱のつけ汁

### ・内容量

600g(300g×2食入り)

### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(合鴨肉、白ねぎ、つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)／調味料(アミノ酸等))、(一部に小麦・大豆を含む)

### ・栄養成分表示(1食300gあたり)

エネルギー:256kcal たんぱく質:14.0g 脂質:1.2g 炭水化物:47.4g 食塩相当量:2.0g

### ・アレルギー物質

小麦 大豆

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	日本
合鴨肉	タイ
白ねぎ	日本

## 9月 豚肉みぞれ

### ・内容量

1,040g(520g×2食入り)

### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、ゼラチン／増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等))、具(豚肉、大根おろし、ねぎ)、(一部に小麦・大豆・豚肉・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食520gあたり)

エネルギー:312kcal たんぱく質:12.6g 脂質:4.7g 炭水化物:54.9g 食塩相当量:4.8g

### ・アレルギー物質

小麦 大豆 豚肉 ゼラチン

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
豚肉	アメリカ、カナダ
大根おろし	日本

## 10月 鱧とキノコ

### ・内容量

1,060g(530g×2食入り)

### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、食塩、砂糖、かつおぶしエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶエキス、しいたけエキス)、ゼラチン／増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等))、具(ほも、ぶなしめじ、エリンギ、ゆば、みつば、しょうが)、(一部に小麦・大豆・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食530gあたり)

エネルギー:299kcal たんぱく質:15.9g 脂質:1.1g 炭水化物:56.3g 食塩相当量:4.6g

### ・アレルギー物質

小麦 大豆 ゼラチン

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
ほも	日本
野菜	日本

## 11月 牡蠣

### ・内容量

1,040g(520g×2食入り)

### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、ゼラチン/増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等))、具(油揚げ(かき、ぶなしめじ、ゆず塩(食塩、乾燥ゆず(ゆず、(ぶどう糖、乳糖)、砂糖)ねぎ、つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、(一部に小麦・乳成分・大豆・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食520gあたり)

エネルギー:341kcal たんぱく質:15.8g 脂質:0.5g 炭水化物:68.2g 食塩相当量:4.3g

### ・アレルギー物質

小麦 乳成分 大豆 ゼラチン

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
油揚げ	日本
野菜	日本

## 12月 鍋焼き

### ・内容量

1,320g(660g×2食入り)

### ・原材料

めん(手延べうどん(小麦粉(国内製造)、食塩、小麦蛋白、食用植物油脂(大豆油、菜種油))、つゆ(つゆ(しょうゆ(本醸造)、砂糖、うるめいわしぶし・かつおぶし混合だし、食塩、かつおエキス、かつお削りぶし、みりん、こんぶ)、ゼラチン/調味料(アミノ酸等))、具(えび天(足赤えび、衣(小麦粉、馬鈴薯でん粉、コーンスターチ、食塩)、揚げ油(大豆油)、鶏肉、えのき、丸もち(水稲もち米(国内産)、ほうれん草、白ねぎ、椎茸、焼かまぼこ(魚肉(たら、たい、いとよりだい、その他)、でん粉、砂糖、食塩、発酵調味料、大豆たん白、ぶどう糖、卵白)、たけのこ、みつば、しょうゆ(本醸造)、みりん、砂糖/加工でん粉、膨張剤、トレハロース、乳化剤、着色料(ビタミンB2)調味料(アミノ酸等)、目Ca)(一部にえび・小麦・卵・大豆・鶏肉・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食660gあたり)

エネルギー:501kcal たんぱく質:21.4g 脂質:7.3g 炭水化物:87.5g 食塩相当量:5.8g

### ・アレルギー物質

えび 小麦 卵 大豆 鶏肉 ゼラチン

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
赤えび	日本
鶏肉	日本