

ライトアップショッピングクラブ
季節の素材を楽しむ手延べうどん12ヶ月頒布会

1月	真鯛	けんちん	きつね
2月	鴨ねぎ	穴子	ささがきごぼう天
3月	豚汁	梅こんぶ	きつね
4月	桜えびのかき揚げ	深川	ささがきごぼう天
5月	じゃこ天	カレー	きつね
6月	はも	肉	ささがきごぼう天
7月	鶏南蛮	穴子	きつね
8月	いいだこ	カレー	ささがきごぼう天
9月	しっぽく	梅こんぶ	きつね
10月	きのこ	肉	ささがきごぼう天
11月	貝づくし	けんちん	きつね
12月	年越し	深川	ささがきごぼう天

1、3、5、7、9、11月 きつねうどん

・内容量

1,116g(558g(うどん180g)×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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(油揚げ(大豆、食用植物油脂)、わけぎ、にんじん、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお抽出液)／凝固剤(塩化Mg)、(一部に小麦・さば・大豆を含む))

・栄養成分表示(1食558gあたり)

エネルギー:291kcal たんぱく質:14.5g 脂質:2.8g 炭水化物:59.1g 食塩相当量:2.8g

・アレルギー物質

小麦 さば 大豆

・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
わけぎ	日本

2、4、6、8、10、12月 ささがきごぼう天うどん

・内容量

1,066g(533g(うどん180g)×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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(ごぼうかき揚げ(ごぼう、衣(小麦粉、でん粉)、揚げ油(大豆油))、ねぎ／ベーキングパウダー、着色料(ビタミンB2、β-カロテン))、(一部に小麦・乳成分・さば・大豆を含む))

・栄養成分表示(1食533gあたり)

エネルギー:338kcal たんぱく質:10.1g 脂質:8.0g 炭水化物:56.5g 食塩相当量:3.6g

・アレルギー物質

小麦 乳成分 さば 大豆

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
ごぼうかき揚げ	日本
わけぎ	日本

1月 真鯛うどん

・内容量

1,048g (524g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(真鯛、わけぎ、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液))、(一部に小麦・さば・大豆を含む)

・栄養成分表示(1食524gあたり)

エネルギー:374kcal たんぱく質:17.8g 脂質:3.1g 炭水化物:68.7g 食塩相当量:2.3g

・アレルギー物質

小麦 さば 大豆

・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
わけぎ	日本

2月 鴨ねぎうどん

・内容量

1,044g (522g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(合鴨肉、長ねぎ、わけぎ、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、かつお節抽出液))、(一部に小麦・さば・大豆を含む)

・栄養成分表示(1食522gあたり)

エネルギー:328kcal たんぱく質:14.6g 脂質:3.7g 炭水化物:59.0g 食塩相当量:2.5g

・アレルギー物質

小麦 さば 大豆

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
合鴨肉	日本
長ねぎ	日本

3月 豚汁うどん

・内容量

1,094g (547g(うどん180g) × 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(米みそ(米、大豆、水飴、食塩)、そうだがつおのふし、さば節)、具(里いも、豚肉、椎茸、ごぼう、にんじん、わけぎ、米みそ(米、大豆、水飴、食塩))、(一部に小麦・さば・大豆、豚肉を含む)

・栄養成分表示(1食547gあたり)

エネルギー:391kcal たんぱく質:17.5g 脂質:3.8g 炭水化物:71.7g 食塩相当量:3.0g

・アレルギー物質

小麦 さば 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
里いも	日本
豚肉	日本

4月 桜えびのかき揚げうどん

・内容量

1,066g (533g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(桜えびのかき揚げ(玉ねぎ、にんじん、いんげん、桜えび、衣(小麦粉、しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、揚げ油(大豆油)、みつば)、(一部にえび・小麦・さば・大豆を含む)

・栄養成分表示(1食533gあたり)

エネルギー:387kcal たんぱく質:11.7g 脂質:9.6g 炭水化物:63.4g 食塩相当量:2.5g

・アレルギー物質

小麦 さば 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
桜えびのかき揚げ	日本
みつば	日本

5月 じゃこ天うどん

・内容量

1,128g (564g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(じゃこ天(魚肉、でん粉、食用植物油脂、食塩、砂糖、発酵調味料、かつおエキス、こんぶエキスパウダー、酵母エキス)、厚焼き玉子、椎茸、にんじん、わけぎ、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、(一部に小麦・卵・さば・大豆を含む)

・栄養成分表示(1食564gあたり)

エネルギー:292kcal たんぱく質:16.9g 脂質:3.4g 炭水化物:48.5g 食塩相当量:4.3g

・アレルギー物質

小麦 卵 さば 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
じゃこ天	日本
厚焼き玉子	日本

6月 はもうどん

・内容量

1,086g (543g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(味付けはも(はも、たれ(しょうゆ、砂糖、清酒、本みりん)、わけぎ、にんじん)、(一部に小麦・さば・大豆を含む)

・栄養成分表示(1食543gあたり)

エネルギー:296kcal たんぱく質:20.6g 脂質:1.1g 炭水化物:51.0g 食塩相当量:3.3g

・アレルギー物質

小麦 さば 大豆

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
はも	日本
わけぎ	日本

7月 鶏南蛮うどん

・内容量

1,106g (553g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(鶏肉、厚焼き玉子、ほうれん草、にんじん、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)／加工でん粉)、(一部に小麦・卵・さば・大豆・鶏肉を含む)

・栄養成分表示(1食553gあたり)

エネルギー:338kcal たんぱく質:20.5g 脂質:3.9g 炭水化物:55.2g 食塩相当量:3.0g

・アレルギー物質

小麦 卵 さば 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
鶏肉	日本
厚焼き玉子	日本

8月 いいだこうどん

・内容量

1,080g (540g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(味付けいいだこ(いいだこ、たれ(しょうゆ、砂糖、清酒、本みりん))、わけぎ、にんじん)、(一部に小麦・卵・さば・大豆を含む)

・栄養成分表示(1食540gあたり)

エネルギー:305kcal たんぱく質:13.0g 脂質:0.5g 炭水化物:62.1g 食塩相当量:2.8g

・アレルギー物質

小麦 さば 大豆

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
いいだこ	日本
わけぎ	日本

9月 しっぽうどん

・内容量

1,128g (564g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(鶏肉、厚焼き玉子、しいたけ、ゆば、にんじん、わけぎ、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)／加工でん粉)、(一部に小麦・卵・さば・大豆・鶏肉を含む)

・栄養成分表示(1食564gあたり)

エネルギー:373kcal たんぱく質:20.3g 脂質:5.1g 炭水化物:61.4g 食塩相当量:4.1g

・アレルギー物質

小麦 卵 さば 大豆 鶏肉

・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
厚焼き玉子	日本

10月 きのこうどん

・内容量

1,076g (538g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(ぶなしめじ、エリンギ、えのき、しいたけ、ほうれん草、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、(一部に小麦・さば・大豆を含む))

・栄養成分表示(1食538gあたり)

エネルギー:267kcal たんぱく質:9.7g 脂質:0.5g 炭水化物:56.0g 食塩相当量:3.6g

・アレルギー物質

小麦 さば 大豆

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
ぶなしめじ	日本
エリンギ	日本

11月 貝づくしうどん

・内容量

1,054g (527g(うどん180g) × 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(米みそ(米、大豆、水飴、食塩)、そうだがつおのふし、さば節)、具(ホタテ、カキ、わけぎ、あさり、食塩)、(一部に小麦・さば・大豆を含む))

・栄養成分表示(1食527gあたり)

エネルギー:381kcal たんぱく質:22.1g 脂質:4.2g 炭水化物:63.8g 食塩相当量:4.6g

・アレルギー物質

小麦 さば 大豆

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
ホタテ	日本
カキ	日本

12月 年越しうどん

・内容量

1,138g (569g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(厚焼き玉子、ホタテ、車えび、しいたけ、みつば、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、食塩/加工でん粉)、(一部にえび・小麦・卵・さば・大豆を含む))

・栄養成分表示(1食569gあたり)

エネルギー:378kcal たんぱく質:19.9g 脂質:4.6g 炭水化物:64.3g 食塩相当量:4.3g

・アレルギー物質

えび 小麦 卵 さば 大豆

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
厚焼き玉子	日本
ホタテ	日本

1、11月 けんちんうどん

・内容量

1,150g (575g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(里いも、鶏肉、油揚げ(大豆、食用植物油脂)、ごぼう、にんじん、しいたけ、わけぎ、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)／凝固剤(塩化Mg)、(一部に小麦・さば・大豆・鶏肉を含む))

・栄養成分表示(1食575gあたり)

エネルギー:402kcal たんぱく質:16.g 脂質:3.5g 炭水化物:75.8g 食塩相当量:2.5g

・アレルギー物質

小麦 さば 大豆 鶏肉

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
里いも	日本
鶏肉	日本

2、7月 穴子うどん

・内容量

1,022g (511g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(味付け穴子(穴子、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、砂糖)、みつば)、(一部に小麦・さば・大豆を含む))

・栄養成分表示(1食511gあたり)

エネルギー:336kcal たんぱく質:18.9g 脂質:3.1g 炭水化物:58.2g 食塩相当量:3.8g

・アレルギー物質

小麦 さば 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
みつば	日本

3、9月 梅こんぶうどん

・内容量

978g (489g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(梅干(梅(紀州産)、漬け原料(食塩))、とろろこんぶ(こんぶ、米黒酢))、(一部に小麦・さば・大豆を含む))

・栄養成分表示(1食489gあたり)

エネルギー:278kcal たんぱく質:10.3g 脂質:0.5g 炭水化物:58.1g 食塩相当量:5.3g

・アレルギー物質

小麦 さば 大豆

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
梅	日本(和歌山県)
とろろこんぶ	日本

4、12月 深川うどん

・内容量

1,014g (507g(うどん180g) × 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(米みそ(米、大豆、水飴、食塩)、そうだがつおのふし、さば節)、具(あさり、わけぎ)、(一部に小麦・さば・大豆を含む)

・栄養成分表示(1食507gあたり)

エネルギー:343kcal たんぱく質:13.7g 脂質:2.5g 炭水化物:66.5g 食塩相当量:2.3g

・アレルギー物質

小麦 さば 大豆

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
あさり	日本
わけぎ	日本

5、8月 カレーうどん

・内容量

1,090g (545g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、でん粉、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))、そうだがつおのふし、さば節)、具(玉ねぎ、牛肉、にんじん、さやいんげん、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液))、(一部に小麦・牛肉・さば・大豆を含む)

・栄養成分表示(1食545gあたり)

エネルギー:434kcal たんぱく質:12.5g 脂質:13.6g 炭水化物:65.4g 食塩相当量:4.3g

・アレルギー物質

小麦 牛肉 さば 大豆

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
玉ねぎ	日本
牛肉	日本

6、10月 肉うどん

・内容量

1,090g (545g(うどん180g) × 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(たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液)、そうだがつおのふし、さば節)、具(玉ねぎ、牛肉、絹さや、たれ(しょうゆ、砂糖、本みりん、清酒、こんぶ抽出液、食塩、かつお節抽出液))、(一部に小麦・牛肉・さば・大豆を含む)

・栄養成分表示(1食545gあたり)

エネルギー:393kcal たんぱく質:11.4g 脂質:12.0g 炭水化物:59.9g 食塩相当量:4.1g

・アレルギー物質

小麦 牛肉 さば 大豆

・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	国内製造
玉ねぎ	日本
牛肉	日本