

## ライトアップショッピングクラブ

こだま 和食の名店がつくる特製中華そば12ヶ月頒布会

1月	蟹入り味噌 白味噌味	鶏 醤油味
2月	鴨つくね 麦味噌味	しじみ 塩味
3月	鯛 塩味	豚 麦味噌味
4月	海老玉 醤油味	あさり 白味噌味
5月	帆立 塩味	鶏 醤油味
6月	かき揚げ 醤油味	しじみ 塩味
7月	肉味噌 白味噌味	豚 麦味噌味
8月	カレー	あさり 白味噌味
9月	豚肉と茸 白味噌味	鶏 醤油味
10月	五目 醤油味	しじみ 塩味
11月	ちゃんこ 塩味	豚 麦味噌味
12月	牛肉 醤油味	あさり 白味噌味

### 1. 5. 9月 鶏 醤油味

#### ・内容量

1,020g(510g×2食入り)

#### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩/加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナシ色素、加工でん粉(打粉)、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(野菜(ほうれん草、玉ねぎ、白ねぎ、にんじん、青ねぎ)、鶏肉、つくね(鶏肉、でん粉))、(一部に小麦・大豆・鶏肉・ゼラチンを含む)

#### ・栄養成分表示(1食510gあたり)

エネルギー:357kcal たんぱく質:30.7g 脂質:2.6g 炭水化物:63.2g 食塩相当量:4.6g

#### ・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
野菜	日本
鶏肉	日本

### 2. 6. 10月 しじみ 塩味

#### ・内容量

940g(470g×2食入り)

#### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩/加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナシ色素、加工でん粉(打粉)、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/調味料(アミノ酸等))、具(しじみ、わかめ、野菜(にんじん、青ねぎ))、(一部に小麦・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 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
しじみ	日本
わかめ	日本

### 3. 7. 11月 豚 麦味噌味

#### ・内容量

940g(470g×2食入り)

#### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩ノ加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナシ色素、加工でん粉(打粉)、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)、麦みそ(麦、大豆、食塩)、ゼラチンノ酒精、調味料(アミノ酸等))、具(野菜(キャベツ、玉ねぎ、にんじん)、豚肉、しょう、食塩、しょうゆ(本醸造)、食用植物油脂、にんにく)、(一部に小麦・大豆・豚肉・ゼラチンを含む)

#### ・栄養成分表示(1食470gあたり)

エネルギー:244kcal たんぱく質:10.3g 脂質:1.4g 炭水化物:47.5g 食塩相当量:5.3g

#### ・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
野菜	日本
豚肉	アメリカ、カナダ

### 4. 8. 12月 あさり 白味噌味

#### ・内容量

940g(470g×2食入り)

#### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩ノ加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナシ色素、加工でん粉(打粉)、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)、ゼラチンノ酒精、調味料(アミノ酸等))、具(あさり、野菜(白ねぎ、青ねぎ))、(一部に小麦・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: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 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
あさり	日本
野菜	日本

### 1月 蟹入り味噌 白味噌味

#### ・内容量

940g(470g×2食入り)

#### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩ノ加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナシ色素、加工でん粉(打粉)、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)、ゼラチンノ酒精、調味料(アミノ酸等))、具(ズワイガニ、かにみそ、油揚げ(大豆、食用植物油脂)、青ねぎノ加工でん粉、凝固剤(塩化Ca)、消泡剤(消泡剤製剤))、(一部にかに・小麦・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:316kcal たんぱく質:15.2g 脂質:0.9g 炭水化物:61.7g 食塩相当量:5.6g

#### ・アレルギー物質

かに 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
ズワイガニ	日本
油揚げ	日本

## 2月 鴨つくね 麦味噌味

### ・内容量

1,060g(530g×2食入り)

### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩ノ加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナン色素、加工でん粉(打粉)、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)、麦みそ(麦、大豆、食塩)、ゼラチンノ酒精、調味料(アミノ酸等))、具(鴨つくね(合鴨肉、野菜(玉ねぎ、青ねぎ)、しょうが、でん粉)、野菜(ほうれん草、ごぼう、白ねぎ、にんじん)、麩(小麦粉、小麦蛋白))、(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:342kcal たんぱく質:18.1g 脂質:4.8g 炭水化物:56.7g 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
合鴨肉	タイ
野菜	日本

## 3月 鯛 塩味

### ・内容量

960g(480g×2食入り)

### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩ノ加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナン色素、加工でん粉(打粉)、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)、ゼラチンノ調味料(アミノ酸等))、具(鯛、野菜(しらがねぎ、青ねぎ))、(一部に小麦・大豆・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食480gあたり)

エネルギー:315kcal たんぱく質:17.1g 脂質:2.4g 炭水化物:56.2g 食塩相当量:6.6g

### ・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
鯛	日本
野菜	日本

## 4月 海老玉 醤油味

### ・内容量

1,000g(500g×2食入り)

### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩ノ加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナン色素、加工でん粉(打粉)、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)、ゼラチンノ調味料(アミノ酸等))、具(玉子、えび、絹さやノ加工でん粉)、(一部にえび・小麦・卵・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:319kcal たんぱく質:16.0g 脂質:2.5g 炭水化物:58.0g 食塩相当量:4.3g

### ・アレルギー物質

えび 小麦 卵 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
玉子	日本
えび	インドネシア、ベトナム他

## 5月 帆立 塩味

### ・内容量

1,000g(500g×2食入り)

### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩／加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナン色素、加工でん粉(打粉)、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(玉子、えび、絹さや／加工でん粉)、(一部にえび・小麦・卵・大豆・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食430gあたり)

エネルギー:239kcal たんぱく質:15.8g 脂質:0.9g 炭水化物:42.0g 食塩相当量:5.1g

### ・アレルギー物質

小麦 ごま さば 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
さばみそ煮	日本
野菜	日本

## 6月 かき揚げ 醤油味

### ・内容量

1,000g(500g×2食入り)

### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩／加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナン色素、加工でん粉(打粉)、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(野菜(玉ねぎ、にんじん、ごぼう、春菊)、沖あみ、小麦粉、でん粉、コーンフラワー、大豆油)、みつば／膨張剤、着色料(ビタミンB2(乳由来))), (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500gあたり)

エネルギー:422kcal たんぱく質:15.1g 脂質:9.1g 炭水化物:69.9g 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
野菜	日本
沖あみ	南氷洋

## 7月 肉味噌 白味噌味

### ・内容量

1,000g(500g×2食入り)

### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩／加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナン色素、加工でん粉(打粉)、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)、練りごま、ゼラチン／調味料(アミノ酸等))、具(肉味噌(豚肉ミンチ、調合みそ(麦、米、大豆、食塩、水飴))、砂糖、清酒、しょうが)、野菜(ほうれん草、しらがねぎ)、白ねぎ／酒精)、(一部に小麦・ごま・大豆・豚肉・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食500gあたり)

エネルギー:718kcal たんぱく質:30.3g 脂質:35.4g 炭水化物:69.6g 食塩相当量:5.5g

### ・アレルギー物質

小麦 ごま 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
豚ミンチ	カナダ
野菜	日本

## 8月 カレー

### ・内容量

940g(470g×2食入り)

### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩／加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナシ色素、加工でん粉(打粉)、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)、カレーパウダー、ゼラチン／増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等))、具(牛肉、野菜(玉ねぎ、ねぎ)、カレーパウダー、食用植物油脂))、(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:355kcal たんぱく質:13.6g 脂質:7.1g 炭水化物:59.2g 食塩相当量:4.1g

### ・アレルギー物質

小麦 牛肉 ごま 大豆 ゼラチン

### ・主な原材料の原産地

原材料	産地
小麦粉	日本
牛肉	日本
野菜	日本

## 9月 豚肉と茸 白味噌味

### ・内容量

1,000g(500g×2食入り)

### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩／加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナシ色素、加工でん粉(打粉)、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(野菜(玉ねぎ、にんじん、青ねぎ)、豚肉、しめじ、えのき))、(一部に小麦・大豆・豚肉・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食500gあたり)

エネルギー:307kcal たんぱく質:19.6g 脂質:2.5g 炭水化物:51.4g 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
野菜	日本
豚肉	アメリカ、カナダ

## 10月 五目 醤油味

### ・内容量

940g(470g×2食入り)

### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩／加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナシ色素、加工でん粉(打粉)、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／加工でん粉、調味料(アミノ酸等))、具(野菜(キャベツ、玉ねぎ、にんじん、竹の子、にんにく)、豚肉、こしょう、食塩、しょうゆ(本醸造)、食用植物油)／調味料(アミノ酸等))、(一部に小麦・大豆・豚肉・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食470gあたり)

エネルギー:300kcal たんぱく質:12.7g 脂質:0.9g 炭水化物:60.2g 食塩相当量:4.3g

### ・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
野菜	日本
豚肉	アメリカ、カナダ

## 11月 ちゃんこ 塩味

### ・内容量

980g(470g×2食入り)

### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩/加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナシ色素、加工でん粉(打粉)、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/調味料(アミノ酸等))、具(鶏つくね(鶏肉ミンチ、でん粉)、野菜(にんじん、青ねぎ)、とうふ、油揚げ(大豆、食用植物油脂)/凝固剤(塩化Ca)、消泡剤(消泡剤製剤))、(一部に小麦・大豆・鶏肉・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食470gあたり)

エネルギー:326kcal たんぱく質:16.7g 脂質:2.0g 炭水化物:60.2g 食塩相当量:6.6g

### ・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
鶏ミンチ	日本
野菜	日本

## 12月 牛肉 醤油味

### ・内容量

960g(480g×2食入り)

### ・原材料

めん(小麦粉(国内製造)、小麦蛋白、食塩/加工でん粉、酒精、プロピレングリコール、かんすい、クチナシ色素、加工でん粉(打粉)、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、野菜(玉ねぎ、青ねぎ)、しいたけ、しょうゆ(本醸造)、清酒、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・牛肉・大豆・ゼラチンを含む)

### ・栄養成分表示(1食480gあたり)

エネルギー:345kcal たんぱく質:16.3g 脂質:2.9g 炭水化物:63.4g 食塩相当量:4.3g

### ・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