

おかやまコープ たべてん便 献立表【御弁当コース】 ※「岡山県産こしひかり」が使用されています。

日付	献立	食品成分	原材料アレルギー表示
9月9日 (月)	ホッケの塩焼き 高野と昆布の炒め物 揚げ海老シューマイ しらたきのサラダ のり山菜 白飯	熱量 477kcal 蛋白質 15g 脂質 14g 炭水化物 71g カルシウム 136mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素、銅葉緑素)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸Na)、酸化防止剤(V.C.、V.E.、ローズマリー抽出物)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、グリセリン脂肪酸エステル、香辛料抽出物、重曹、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
9月10日 (火)	チキンカツ玉葱酢かけ 切干チャプチェ さつま芋の甘煮 オクラときくらげの青じそ和え 金時豆 ちらし寿司	熱量 528kcal 蛋白質 13g 脂質 15g 炭水化物 83g カルシウム 108mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素、コチニール、紅麴)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸Na)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、グリシン、加工澱粉、酒精、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・りんご・鶏肉を含む)
9月11日 (水)	白身しんじょ 小松菜のけんちん炒め 野菜角煮の煮物 くずきりの和風サラダ きやらつく 白飯	熱量 461kcal 蛋白質 10g 脂質 11g 炭水化物 79g カルシウム 42mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.、ローズマリー抽出物)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、加工澱粉、貝Ca、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉を含む)
9月12日 (木)	バーベキューマヨソースハンバーグ スパゲティソース 茄子のあんかけ田楽 油揚げと胡瓜の酢の物 しその実漬け 白飯	熱量 535kcal 蛋白質 15g 脂質 13g 炭水化物 87g カルシウム 78mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、豆腐用凝固剤、安定剤(増粘多糖類)、V. B1、ソルビット、トハラース、加工澱粉、酒精、酢酸Na、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
9月13日 (金)	かに玉南蛮天ぷら 牛蒡のそぼろ炒め わかめと厚揚げの酢の物 レタスのチョレギサラダ 野沢菜昆布 白飯	熱量 501kcal 蛋白質 11g 脂質 14g 炭水化物 83g カルシウム 84mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.、V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、グリシン、トハラース、加工澱粉、酵素、酢酸Na、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・ごま・さけ・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)

【ご注意ください】 別添付の調味料の小袋が有る場合、電子レンジにかける前に取出し、端材・キャップにご注意ください。
※原材料不足の為、献立を変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。