

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16日 (月)	お届けはお休みに なります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	
9月17日 (火)	タラフライ 春雨のマッシュルームソテー 焼き豆腐の煮物 ポテトサラダ 甘酢らっきょう 白飯	熱量 491kcal 蛋白質 10g 脂質 13g 炭水化物 83g カルシウム 53mg 食塩相当量 1.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、酸化防止剤(V.C.、V.E.)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、卵殻Ca、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
9月18日 (水)	肉団子の生姜焼き風 野菜かき揚げ 大根のツナ炒め 白菜の高菜和え うずら豆 白飯	熱量 485kcal 蛋白質 10g 脂質 13g 炭水化物 81g カルシウム 31mg 食塩相当量 1.5g	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)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(スクラロース、ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.、V.E.)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、膨張剤、乳化剤、香料、酸味料、V. B1、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・オレンジ・ごま・さば・鶏肉を含む)
9月19日 (木)	鱒の塩焼き きんぴらごぼう サイコロ高野の磯辺揚げ 素麺の錦糸和え ピリ辛こんにゃく 白飯	熱量 516kcal 蛋白質 18g 脂質 11g 炭水化物 84g カルシウム 54mg 食塩相当量 2.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.、V.E.、ローズマリー抽出物)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、レチン、グリセリン脂肪酸エステル、トハラコース、重曹、炭酸Ca、一味唐辛子、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鮭・さばを含む)
9月20日 (金)	野菜筑前煮 チンゲン菜と揚げの炒め煮 じゃがピースソテー きくらげの明太サラダ 桜漬け みそカツ丼風	熱量 474kcal 蛋白質 11g 脂質 15g 炭水化物 73g カルシウム 37mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、コチニール、カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、V. B1、トハラコース、酵素、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)

【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。