

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
11月25日 (月)	タルタルソースチキンカツ こんにやくチャプチェ 厚揚げ焼き にゅう麺の錦糸和え 甘酢らっきょう 白飯	熱量 518kcal 蛋白質 13g 脂質 15g 炭水化物 80g カルシウム 86mg 食塩相当量 1.8g	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、スクロース)、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、リン酸塩Na、V. B1、グリシン、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、水酸化Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
11月26日 (火)	メバルの塩焼き 切干とさつま揚げの炒め物 茶碗蒸し風 インゲンのからし和え 昆布豆 白飯	熱量 474kcal 蛋白質 17g 脂質 10g 炭水化物 79g カルシウム 142mg 食塩相当量 1.9g	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)、酸化防止剤(V.E.)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、ソルビット、酒精、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
11月27日 (水)	豚しゃぶ ビーフンのケチャップソテー 揚げかにシューマイ マカロニサラダ 桜漬け 白飯	熱量 501kcal 蛋白質 14g 脂質 17g 炭水化物 75g カルシウム 19mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、紅麴、カロチノイド色素)、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、V. B1、酵素、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
11月28日 (木)	あじ大葉フライ くずきりと椎茸のソテー わかめと高野の煮物 白菜ととろろ昆布の和え物 しその実めかぶ たぬきご飯	熱量 497kcal 蛋白質 14g 脂質 14g 炭水化物 78g カルシウム 61mg 食塩相当量 3.0g	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、スクロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、グリセリン脂肪酸エステル、ソルビット、酒精、重曹、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・小麦・大豆・いか・さばを含む)
11月29日 (金)	煮込みハンバーグ ミニオムレツ かぼちゃとひき肉のソテー あおさポテトサラダ 酢みそゆば風こんにやく 白飯	熱量 488kcal 蛋白質 10g 脂質 16g 炭水化物 75g カルシウム 38mg 食塩相当量 1.7g	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、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、乳化剤、香料、リン酸塩Na、酸味料、V. B1、トレハロース、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・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。