

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	原材料アレルゲン表示
12月9日 (月)	牛肉コロッケ しめじと大根のソテー 高野田楽 根菜サラダ たくあん 白飯	熱量 499kcal 蛋白質 9g 脂質 16g 炭水化物 78g カルシウム 66mg 食塩相当量 2.6g	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)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、卵殻Ca、レシチン、グリセリン脂肪酸エステル、ソルビット、酒精、重曹、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・大豆・ごま・魚介類・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
12月10日 (火)	たらの塩焼き きんぴらごぼう うの花炒り煮 黒ごまなます ゆずもずく 白飯	熱量 453kcal 蛋白質 13g 脂質 11g 炭水化物 73g カルシウム 36mg 食塩相当量 1.8g	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.E.)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、ソルビット、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
12月11日 (水)	豆腐ハンバーグ ペンネとウインナーのソテー 蒸じゃが 卵サラダ 黒豆 いなり寿司	熱量 533kcal 蛋白質 16g 脂質 20g 炭水化物 70g カルシウム 199mg 食塩相当量 3.0g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、乳化剤、リン酸塩Na、V. B1、加工澱粉、貝Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・りんご・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
12月12日 (木)	かにクリームフライ くずきりチャプチェ 甘酢厚揚げ焼き インゲンのしょうゆマヨサラダ きやらつく 白飯	熱量 516kcal 蛋白質 9g 脂質 17g 炭水化物 79g カルシウム 78mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、カラメル色素、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)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、カゼインNa、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・Eビ・カニ・大豆・ごま・さけ・セラチン・鶏肉を含む)
12月13日 (金)	鶏肉の南部焼 きくらげの炒め煮 味噌海老シューマイ スパゲティサラダ 高菜漬	熱量 490kcal 蛋白質 18g 脂質 13g 炭水化物 72g カルシウム 39mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、カラメル色素、紅麴)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸化防止剤(V.C.)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、ソルビット、香辛料抽出物、酒精、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・Eビ・カニ・大豆・ごま・セラチン・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。