

おかやまコープ たべてん便 献立表【なごみおかず】

日付	献立	食品成分	原材料アレルギー表示
2月3日 (月)	とんかつ 出し巻き玉子 かぼちゃとわかめの煮物 ツイストマカロニの白湯炒め ほうれん草のバターソテー 角切りサラダ ピーマンのごま和え 高菜漬	熱量 510kcal 蛋白質 14g 脂質 23g 炭水化物 58g カルシウム 92mg 食塩相当量 3.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草、ソルビット)、酸化防止剤(V.C.)、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、ソルビット、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、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・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
2月4日 (火)	赤魚の塩焼き ピーマン肉詰めフライ 高野田楽 チンゲン菜とさつま揚げの炒め物 ごぼうのガーリックソテー くずきりの和風サラダ ひじきの錦糸和え うぐいす豆	熱量 451kcal 蛋白質 16g 脂質 19g 炭水化物 52g カルシウム 90mg 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)、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、香料、リン酸塩Na、V. B1、グリセリン脂肪酸エステル、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、重曹、炭酸Ca、乳酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
2月5日 (水)	牛肉のすき焼き風 かにクリームコロッケ 蓮根のみそ炒め インゲンのコンソメソテー オクラと春雨の炒め煮 カリフラワーのシーザーサラダ 小松菜のピーナッツ和え 山菜漬	熱量 466kcal 蛋白質 10g 脂質 23g 炭水化物 54g カルシウム 43mg 食塩相当量 2.9g	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、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(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、リン酸塩Na、V. B1、豆腐用凝固剤、くん液、ミョウバン、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生・エビ・カニ・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
2月6日 (木)	たらの薬味焼き 巾着の煮物 茄子のケチャップ炒め 切干大根のオリーブソテー 菜の花の信田煮 スパゲティのイタリアンサラダ 大豆のわさび和え 野沢菜漬	熱量 461kcal 蛋白質 19g 脂質 16g 炭水化物 57g カルシウム 149mg 食塩相当量 3.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、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、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、酒精、炭酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
2月7日 (金)	豚肉の生姜焼き 海老しんじょの天ぷら 角こんにやくのおかか煮 ビーフンとマッシュルームのソテー ブロッコリーのマヨ炒め 長芋のフレンチサラダ もやしのゆかり和え たくあん	熱量 460kcal 蛋白質 15g 脂質 22g 炭水化物 49g カルシウム 105mg 食塩相当量 3.8g	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.、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、膨張剤、乳化剤、V. B1、水酸化Ca、ソルビット、トハラース、加工澱粉、香辛料抽出物、酢酸Na、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・大豆・さば・山芋・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。