

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
4月7日 (月)	あじのちゃんちゃん焼き風 肉シューマイ ごぼうのフレンチソテー じゃが芋のごま煮 きくらげの塩だれ炒め ビーフンの明太子サラダ ブロッコリーのナムル 野沢菜昆布	熱量 459kcal 蛋白質 14g 脂質 18g 炭水化物 57g カルシウム 55mg 食塩相当量 3.2g	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、スクラロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、V. B1、グリシン、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、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)
4月8日 (火)	肉団子の酢豚風 がんものカニ風味あんかけ ツイストマカロニの白湯炒め インゲンのオリーブソテー 大根のおかか煮 白菜のチョレギサラダ もやしのしその実和え くらげ酢	熱量 518kcal 蛋白質 18g 脂質 22g 炭水化物 60g カルシウム 40mg 食塩相当量 3.9g	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(次亜硫酸Na)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、ソルビット、ミウバン、加工澱粉、酒精、炭酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月9日 (水)	さわらの塩焼き 野菜コロッケ 高野豆腐の炊き合わせ チンゲン菜と揚げのソース炒め かぼちゃのツナソテー 長芋のサウザンサラダ 小松菜のポン酢マヨ和え 黒豆	熱量 481kcal 蛋白質 17g 脂質 20g 炭水化物 55g カルシウム 48mg 食塩相当量 2.4g	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)、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、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、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・山芋・鶏肉・豚肉を含む)
4月10日 (木)	鶏肉のねぎ味噌焼き ちくわの磯辺揚げ 切干の鶏がら炒め くずきりのバターソテー さつま芋の煮物 菜の花のピーナッツサラダ 大豆の和風ドレッシング和え しろ菜のわさび醤油	熱量 477kcal 蛋白質 18g 脂質 19g 炭水化物 56g カルシウム 149mg 食塩相当量 3.2g	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.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、グルコン酸鉄、トレハロース、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・大豆・ごま・りんご・鶏肉を含む)
4月11日 (金)	タラフライ たまごロール ひじき煮 ほうれん草のソテー 蓮根のコンソメ炒め ペンのしょうがクリーミーサラダ しらたきとオクラの青じそ和え たくあん	熱量 460kcal 蛋白質 12g 脂質 21g 炭水化物 53g カルシウム 103mg 食塩相当量 3.6g	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、ソルビット、甘草、スクラロース)、漂白剤(亜硫酸Na)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、リン酸塩Na、水酸化Ca、V. B1、ソルビット、ミウバン、加工澱粉、香辛料抽出物、水酸化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・

【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。