

# おかやまコープ たべてん便 献立表【おかず7品コース】

日付	献立	食品成分	原材料アレルギー表示
6月8日 (月)	タルタルかにシューマイ チンゲン菜のごま炒め 春巻き インゲンの煮物 くずきりのわさび和え カリフラワーのシーザーサラダ なめこのり	熱量 377kcal 蛋白質 7g 脂質 17g 炭水化物 47g カルシウム 31mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、紅麴)、保存料(ホリジン)、甘味料(アセスルファムK、スクラロース、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)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、水酸化Ca、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
6月9日 (火)	ミンチカツたまねぎ酢かけ 麻婆春雨 かぼちゃのシャンタンソテー 素揚げ茄子の煮浸し もやしとわかめの酢の物 スパゲティサラダ たくあん	熱量 411kcal 蛋白質 8g 脂質 20g 炭水化物 47g カルシウム 27mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(V. B2、ウコン、カラメル色素、カロチノイド)、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)、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、アルギニン、加工澱粉、香辛料抽出物、乳酸Ca、塩化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
6月10日 (水)	メバルの塩焼き こんにゃくの炒め煮 切干のバターソテー マカロニのツナ炒め オニオンサラダ ほうれん草のピーナッツ和え うぐいす豆	熱量 390kcal 蛋白質 14g 脂質 14g 炭水化物 49g カルシウム 137mg 食塩相当量 1.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド)、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、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、水酸化Ca、乳酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごまを含む)
6月11日 (木)	肉団子の焼き鳥風 野菜天ぷら ひじきの油炒め ブロッコリーのコンソメ煮 菜の花のおろし醤油和え 蓮根の青じそサラダ ピリ辛こんにゃく	熱量 371kcal 蛋白質 10g 脂質 16g 炭水化物 44g カルシウム 49mg 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)、甘味料(スクラロース、ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸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、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、セルロース、トレハロース、ミヨウバン、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
6月12日 (金)	海老しんじょの天ぷら 野菜筑前煮 茶碗蒸し風 きくらげとウインナーのソテー じゃが芋のしば和え 小松菜のポン酢マヨサラダ 福神漬	熱量 369kcal 蛋白質 8g 脂質 18g 炭水化物 43g カルシウム 74mg 食塩相当量 3.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素、紅麴)、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)、酸味料、膨張剤、乳化剤、リン酸塩Na、V. B1、水酸化Ca、グリシン、トレハロース、加工澱粉、貝Ca、酒精、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・大豆・ごま・さば・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。

たべてん便のお問い合わせは、たべてん便受注センター 0120-014-899

月～金 受付時間9:00～17:00まで お気軽にお問合せください。