

おかやまコープ たべてん便 献立表【おかずコース】

| 日付 | 献立 | 食品成分 | 原材料アレルギー表示 |
|--------------|--|--|---|
| 9月16日 (月) | お届けはお休みに なります。 | 熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量 | |
| 9月17日 (火) | タラフライ 春雨のマッシュルームソテー 焼き豆腐の煮物 里芋の煮っころがし カリフラワーのピーナツ和え ポテトサラダ 甘酢らっきょう | 熱量 386kcal 蛋白質 11g 脂質 18g 炭水化物 44g カルシウム 43mg 食塩相当量 2.2g | 調味料(アミノ酸等)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、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、V. B1、加工澱粉、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・落花生・大豆を含む) |
| 9月18日 (水) | 肉団子の生姜焼き風 野菜かき揚げ 大根のツナ炒め ブロッコリーのソース煮 白菜の高菜和え しらたきのサウザンサラダ うずら豆 | 熱量 373kcal 蛋白質 9g 脂質 19g 炭水化物 41g カルシウム 47mg 食塩相当量 2.1g | 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)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(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、膨張剤、水酸化Ca、V. B1、香辛料抽出物、ソルビット、加工澱粉、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・オレンジ・ごま・さば・鶏肉を含む) |
| 9月19日 (木) | 鱈の塩焼き きんぴらごぼう サイコロ高野の磯辺揚げ もやしナムル 切干サラダ 素麺の錦糸和え ピリ辛こんにゃく | 熱量 384kcal 蛋白質 17g 脂質 16g 炭水化物 40g カルシウム 126mg 食塩相当量 2.9g | 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.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、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、一味唐辛子V. B1、加工澱粉、レンチン、グリセリン脂肪酸エステル、トハラロース、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・ごま・鮭・さば・鶏肉・豚肉を含む) |
| 9月20日 (金) | みそカツ チンゲン菜と揚げの炒め煮 じゃがピースソテー 椎茸と人参の炒め煮 きくらげの明太サラダ ピーマンのごま和え 桜漬け | 熱量 385kcal 蛋白質 11g 脂質 19g 炭水化物 41g カルシウム 38mg 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、クチニール)、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、V. B1、トハラロース、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、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・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。