

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
2月3日 (月)	赤魚の塩焼き キャベツと椎茸の煮物 揚げ餃子 大根の甘煮 ツイストマカロニのシーザーサラダ オクラと高野の中華和え のり佃煮	熱量 366kcal 蛋白質 14g 脂質 14g 炭水化物 45g カルシウム 61mg 食塩相当量 2.8g	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)、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、くん液、加工製造香辛料抽出物、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・鶏肉・豚肉を含む)
2月4日 (火)	お好みソースミンチカツ チンゲン菜とマッシュルームのソテー 湯豆腐 蓮根の青じそ炒め 春雨の酢の物 オニオンサラダ しば漬け	熱量 397kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 47g カルシウム 58mg 食塩相当量 2.9g	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)、発色剤(亜硝酸Na)、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、香料、リノ酸Na、V. B1、豆腐用凝固剤、グリシン、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・大豆・ごま・さば・りんご・もも・鶏肉・豚肉を含む)
2月5日 (水)	あんかけかに玉 野菜の天ぷら 切干のソース炒め がんもの煮物 菜の花のピーナッツサラダ こんにゃくのわさび和え 味付きめかぶ	熱量 373kcal 蛋白質 10g 脂質 17g 炭水化物 44g カルシウム 101mg 食塩相当量 2.2g	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、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、酸化防止剤(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、トレハロース、加工澱粉、酒精、水酸化Ca、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・か・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉を含む)
2月6日 (木)	照焼肉団子 きくらげの煮物 ちくわの磯辺揚げ カリフラワーのソテー ひじきの和風サラダ 白菜の刻み生姜和え うぐいす豆	熱量 373kcal 蛋白質 11g 脂質 16g 炭水化物 46g カルシウム 42mg 食塩相当量 2.5g	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.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、香料、乳化剤、V. B1、豆腐用凝固剤、トレハロース、加工澱粉、香辛料抽出物、乳酸Ca、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7日 (金)	いかの彩り野菜フライ フレンチスパゲティソテー 野菜角煮の煮物 牛蒡の鶏がら炒め 小松菜のごま和え グリーン卵サラダ オクラと湯葉のお浸し	熱量 403kcal 蛋白質 13g 脂質 17g 炭水化物 48g カルシウム 46mg 食塩相当量 2.2g	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)、漂白剤(亜硫酸Na)、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、V. B1、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・大豆・か・ごま・さば・鶏肉を含む)

【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。