

# 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	原材料アレルゲン表示
2月10日 (月)	鶏唐揚げの焼き鳥風 ペネのソースソテー 高野の煮物 インゲンのみそ炒め煮 しらたきの錦糸和え もやしのサウザンサラダ ピリ辛こんにゃく	熱量 399kcal 蛋白質 12g 脂質 21g 炭水化物 41g カルシウム 54mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイド色素、カラメル色素)、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、リン酸塩Na、V. B1、グリセリン脂肪酸エステル、セルロース、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・ごま・さば・りんご・鶏肉を含む)
2月11日 (火)	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	
2月12日 (水)	豆腐ハンバーグ くず切りチャプチェ ふかしかぼちゃ ブロッコリーのオリーブソテー なます キャベツのシーザーサラダ 福神なめこ	熱量 370kcal 蛋白質 7g 脂質 15g 炭水化物 49g カルシウム 215mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、保存料(ホリジン)、甘味料(ステビア、甘草、アセスルファムK)、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、V. B1、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・大豆・ごま・鶏肉を含む)
2月13日 (木)	かにクリームフライ しめじと大根のソテー 厚揚げ焼き 牛蒡の煮物 胡瓜と長芋の酢の物 卵サラダ もずく酢	熱量 384kcal 蛋白質 6g 脂質 19g 炭水化物 45g カルシウム 85mg 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)、酸化防止剤(V.C.)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、カゼインNa、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・エビ・かに・大豆・ごま・山芋・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
2月14日 (金)	鶏肉の南部焼 きくらげのコーンソテー 蒸じゃが こんにゃくの煮物 カリフラワーのポン酢マヨサラダ 小松菜のごま和え 昆布豆	熱量 360kcal 蛋白質 14g 脂質 13g 炭水化物 44g カルシウム 47mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイド色素)、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、香料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・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。