

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
4月7日 (月)	<p>ハムカツ しめじと大根のソテー かにシューマイ キャベツのコンソメ煮 しらたきの錦糸和え 根菜サラダ たくあん</p>	<p>熱量 369kcal 蛋白質 10g 脂質 18g 炭水化物 42g カルシウム 46mg 食塩相当量 3g</p>	<p>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、紅麹)、発色剤(亜硝酸Na)、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、乳化剤、香料、リン酸塩Na、水酸化Na、V. B1、くん液、ソルビット、トレハロース、加工澱粉、香辛料抽出物、酢酸Na、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・E6・か・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)</p>
4月8日 (火)	<p>たらの塩焼き きんぴらごぼう おかかうの花 団子煮 菜の花のシーザーサラダ ところてん 味付きめかぶ</p>	<p>熱量 375kcal 蛋白質 12g 脂質 15g 炭水化物 46g カルシウム 42mg 食塩相当量 2.5g</p>	<p>調味料(アミノ酸等)、保存料(ホリリン)、甘味料(ステビア、甘草、アセルフアムK、スクロース)、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、酒精、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)</p>
4月9日 (水)	<p>豆腐ハンバーグ ウインナーとマカロニのソテー じゃがバター ピーマンのナムル 卵サラダ チンゲン菜の生姜和え 黒豆</p>	<p>熱量 401kcal 蛋白質 12g 脂質 17g 炭水化物 48g カルシウム 194mg 食塩相当量 1.9g</p>	<p>調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、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、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、グリシン、加工澱粉、貝Ca、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・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)</p>
4月10日 (木)	<p>イカと彩り野菜のカツ くずきりチャプチェ ポン酢厚揚げ焼き かぼちゃのごま炒め 小松菜のからし和え インゲンのしょうゆマヨサラダ きやらつく</p>	<p>熱量 415kcal 蛋白質 9g 脂質 20g 炭水化物 49g カルシウム 82mg 食塩相当量 2g</p>	<p>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、スクロース)、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、酵素、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に卵・小麦・大豆・E6・ごま・さば・りんご・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)</p>
4月11日 (金)	<p>鶏肉の南部焼 きくらげのごま油いため 高野の煮物 ほうれん草の炒め煮 三色こんにゃくのゆかり和え スパゲティサラダ 高菜漬け</p>	<p>熱量 364kcal 蛋白質 15g 脂質 15g 炭水化物 41g カルシウム 99mg 食塩相当量 2.7g</p>	<p>調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、保存料(ソルビン酸K)、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、V. B1、グリセリン脂肪酸エステル、ソルビット、香辛料抽出物、酒精、重曹、炭酸Ca、加工澱粉、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)</p>

【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・キャップにご確認ください。

※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。