

おかやまコープ たべてん便 献立表【御弁当コース】 ※「岡山県産こしひかり」が使用されています。

日付	献立	食品成分	原材料アレルギー表示
2月11日 (月)	<p>建国記念の日 のため、 お届けはお休みに なります。</p>	<p>熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量</p>	
2月12日 (火)	<p>野菜筑前煮 ごぼうのフレンチソテー おじゃがもち スパゲティサラダ きやらつく タルタルチキンカツ丼</p>	<p>熱量 488kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 68g カルシウム 66mg 食塩相当量 2g</p>	<p>調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド)、甘味料(ステビア)、増粘剤(加工澱粉、増粘多糖類)、加工澱粉、グリシン、酵素、酒精、ソルビット、香辛料抽出物、重曹、水酸化Ca、酸味料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・鯖・鶏肉を含む)</p>
2月13日 (水)	<p>さばの塩焼き いんげんの味噌煮 白菜の炒め物 長芋のごま醤油和え 山菜なめこ 白飯</p>	<p>熱量 483kcal 蛋白質 14g 脂質 16g 炭水化物 64g カルシウム 42mg 食塩相当量 1.8g</p>	<p>調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、銅葉緑素)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸塩)、酸化防止剤(V. C)、増粘剤(キサンタン)、グリシン、V. B1、香辛料抽出物、酒精、酸味料、香料、pH調整剤(一部に乳成分・小麦・大豆・胡麻・鯖・山芋を含む)</p>
2月14日 (木)	<p>牛肉の生姜焼き しらたきと揚げの煮物 レンコンのソテー ポテトサラダ 桜漬け 白飯</p>	<p>熱量 537kcal 蛋白質 14g 脂質 19g 炭水化物 73g カルシウム 51mg 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、カラメル、紅麹、クチナシ、ウコン、野菜色素)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸塩)、酸化防止剤(V. C、V. E)、増粘多糖類、グリシン、V. B1、卵殻Ca、酵素、ソルビット、ミョウバン、香辛料抽出物、酸味料、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・胡麻・鮭・鶏肉・牛肉・リンゴを含む)</p>
2月15日 (金)	<p>あじフライ(ウスターソース別添) ブロッコリーのクリーム煮 葱みそ湯豆腐 切干サラダ うずら豆 白飯</p>	<p>熱量 545kcal 蛋白質 17g 脂質 15g 炭水化物 81g カルシウム 196mg 食塩相当量 2.2g</p>	<p>調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘多糖類、加工澱粉、酒精、グリシン、V. B1、香辛料抽出物、酸味料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆を含む)</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り出してください。

※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。

【ご利用者の皆様へ】たべてん便をご利用されていない方をご紹介します！！
お電話をお待ちしております。