

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4日 (月)	甘酢ハムカツ カリフラワーの高菜炒め インゲンのバジルソテー ぜんまい煮 ビーフンとピーマンのサラダ チンゲン菜とカニかまの和え物 マヨキムチ	熱量 403kcal 蛋白質 14g 脂質 16g 炭水化物 47g カルシウム 85mg 食塩相当量 3.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(ウコン、カラメル、カロチノイド、クチナシ、紅花色素、紅麴)、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(加工澱粉、増粘多糖類)、加工澱粉、グリシン、V. B1、くん液、ソルビット、トレハロース、香辛料抽出物、乳酸Ca、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩(Na)、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・胡麻・鯖・鶏肉・豚肉・リンゴを含む)
2月5日 (火)	鱒の塩焼き 角こんにゃくの煮物 きくらげの炒め煮 団子焼 しろ菜のごま和え 春雨サラダ 昆布豆	熱量 365kcal 蛋白質 17g 脂質 14g 炭水化物 40g カルシウム 98mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘多糖類、加工澱粉、グリシン、V. B1、ソルビット、香辛料抽出物、塩化Mg、水酸化Ca、酸味料、香料、リン酸塩(Na)、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・胡麻・鯖・鶏肉・豚肉を含む)
2月6日 (水)	鶏肉の南部焼 コンソメスパゲティ 揚げたこ焼き オクラとわかめの炒め物 キャベツのわさび和え 三色なます ゆずもずく	熱量 369kcal 蛋白質 16g 脂質 13g 炭水化物 44g カルシウム 73mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V. C)、増粘多糖類、加工澱粉、グリシン、V. B1、酒精、ソルビット、酸味料、膨張剤、香料、pH調整剤(一部に卵・小麦・大豆・イカ・胡麻・鶏肉・豚肉を含む)
2月7日 (木)	いかメンチカツ(ウスターソース別添) じゃが芋のソース炒め ひじき煮 くずきりのラー油炒め 菜の花の辛し和え ブロッコリーのイタリアンサラダ らっきょう漬け	熱量 387kcal 蛋白質 11g 脂質 16g 炭水化物 48g カルシウム 218mg 食塩相当量 3.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘多糖類、加工澱粉、グリシン、V. B1、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・イカ・胡麻・鯖・リンゴを含む)
2月8日 (金)	マヨソースハンバーグ 大根田楽 黒豆がんもの煮つけ ごぼコーンソテー さつま芋の柚子和え もやしの梅サラダ 味みつば	熱量 354kcal 蛋白質 13g 脂質 15g 炭水化物 41g カルシウム 60mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、野菜色素)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸塩)、酸化防止剤(V. C)、増粘多糖類、加工澱粉、グリシン、V. B1、酸味料、香料、リン酸塩(Na)、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・鯖・鶏肉・豚肉・ゼラチンを含む)

【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。

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。