

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	原材料アレルゲン表示
9月28日 (月)	タラのしその実焼き 野菜天ぷら抹茶塩 もやしとメンマの炒め物 春雨の酢の物 オクラと湯葉のお浸し 白飯	熱量 502kcal 蛋白質 15g 脂質 11g 炭水化物 82g カルシウム 40mg 食塩相当量 1.4g	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)、漂白剤(亜硫酸塩)、酸化防止剤(V. E)、増粘多糖類、卵殻Ca、加工澱粉、グリシン、トレハロース、V. B1、酒精、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
9月29日 (火)	牛肉コロッケ(ウスターソース別添) 蓮根田楽 海老シューマイ 大豆サラダ やわらか小女子 白飯	熱量 508kcal 蛋白質 12g 脂質 14g 炭水化物 79g カルシウム 33mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、ココア、カロチノイド、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘多糖類、酒精、加工澱粉、香辛料抽出物、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・えび・かに・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉・牛肉・ゼラチンを含む)
9月30日 (水)	かに玉の中華あんかけ チャプチェ 春巻き ほうれん草の中華和え らっきょう漬け 白飯	熱量 523kcal 蛋白質 13g 脂質 14g 炭水化物 84g カルシウム 78mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド、紅麴)、甘味料(ステビア、ソルビトール、甘草)、増粘剤(加工澱粉、キサンタン)、グリシン、ソルビトール、V. B1、香辛料抽出物、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩(Na)、pH調整剤(一部に卵・小麦・えび・かに・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・ゼラチンを含む)
10月1日 (木)	サイコロハムのわさび炒め 蒸し野菜のごまだれかけ じゃが芋のラー油炒め 白菜のきざみ生姜和え 昆布豆 白飯	熱量 540kcal 蛋白質 13g 脂質 20g 炭水化物 74g カルシウム 46mg 食塩相当量 2g	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. E、V. B1、ローズマリー抽出物、生コーヒー豆抽出物)、増粘多糖類、卵殻Ca、V. B1、グリシン、ソルビット、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酒精、酸味料、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉・牛肉・りんごを含む)
10月2日 (金)	あじフライ(タルタルソース別添) ごぼコーンソテー ビーフンのソース炒め 大根サラダ もずく酢 松茸ご飯	熱量 536kcal 蛋白質 16g 脂質 18g 炭水化物 74g カルシウム 56mg 食塩相当量 3g	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、酒精、グリシン、V. B1、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、酸味料、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・まつたけを含む)

【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。

【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ください！！

お電話をお待ちしております。