

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
4月22日 (月)	海鮮シューマイ 牛蒡の野沢菜煮 かぼちゃのごま炒め したらきの青じそ和え オクラと湯葉のおひたし 白飯	熱量 458kcal 蛋白質 10g 脂質 10g 炭水化物 80g カルシウム 53mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素、紅麹)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸Na)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、卵殻Ca、V. B1、グリシン、酒精、乳化剤、香辛料抽出物、酸味料、香料、凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・Eヒ・カニ・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
4月23日 (火)	お好みソースミンチカツ ブロッコリーのしその実炒め マカロニのコンソメ煮 ポテトサラダ 野沢菜昆布 白飯	熱量 483kcal 蛋白質 10g 脂質 14g 炭水化物 79g カルシウム 9mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素、紅麹)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、V. B1、アルギニン、酒精、グリシン、加工デンプン、塩化Ca、酢酸Na、膨張剤、乳化剤、香料、香辛料抽出物、酸味料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・サケ・桃・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月24日 (水)	さわらの塩焼き 春雨とマッシュルームのソテー 春巻き 角こんにゃくのわさび和え ゆずもずく 白飯	熱量 453kcal 蛋白質 14g 脂質 12g 炭水化物 71g カルシウム 33mg 食塩相当量 1.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、ソルビット、甘草)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、V. B1、ソルビット、酸味料、乳化剤、香料、凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
4月25日 (木)	肉団子の白湯風 キャベツと昆布の炒め煮 高野煮 もやしのごま酢和え うずら豆 白飯	熱量 488kcal 蛋白質 15g 脂質 11g 炭水化物 81g カルシウム 182mg 食塩相当量 2.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、加工デンプン、レシチン、V. B1、酒精、グリセリン脂肪酸エステル、トハロース、重曹、炭酸Ca、酸味料、乳化剤、香料、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月26日 (金)	いかと彩野菜のカツ くずきりのすき焼き風煮 インゲンときくらげの炒め物 レタスの海藻サラダ 山菜のり 黒ごまいなり	熱量 492kcal 蛋白質 12g 脂質 15g 炭水化物 76g カルシウム 116mg 食塩相当量 3g	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、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(加工デンプン、増粘多糖類)、香辛料抽出物、V. B1、加工デンプン、酸味料、乳化剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・りんごを含む)

【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。