

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29日 (月)	お届けはお休みになります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	
4月30日 (火)	かに玉天ぷら 切干大根煮 焼き餃子 小松菜のからし和え ピリ辛こんにゃく 白飯	熱量 484kcal 蛋白質 10g 脂質 10g 炭水化物 88g カルシウム 144mg 食塩相当量 2.3g	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、紅麴)、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)、加工デンプン、V. B1、酒精、ソルビット、トレハロース、香辛料抽出物、水酸化Ca、炭酸Ca、膨張剤、乳化剤、酸味料、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・かき・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
5月1日 (水)	デミグラスハンバーグ キャベツのピーナッツソテー 高野の磯辺天ぷら スパゲティサラダ 黒豆 そぼろご飯	熱量 527kcal 蛋白質 22g 脂質 19g 炭水化物 67g カルシウム 108mg 食塩相当量 2.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、マリーゴールド、ココア)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.・V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、加工デンプン、レシチン、酵素、V. B1、酒精、グリセリン脂肪酸エステル、トレハロース、香辛料抽出物、重曹、膨張剤、乳化剤、豆腐用凝固剤、酸味料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
5月2日 (木)	さばの塩焼き マカロニのおろし醤油炒め 木綿豆腐の冷ややっこ しらたきの錦糸和え しその実のり 白飯	熱量 497kcal 蛋白質 19g 脂質 11g 炭水化物 84g カルシウム 47mg 食塩相当量 2.3g	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、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(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)、V. B1、加工デンプン、酒精、酸味料、乳化剤、香料、豆腐用凝固剤、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さけ・さば・りんご含む)
5月3日 (金)	お届けはお休みになります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	

【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。