

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
7月1日 (月)	エビクリームコロッケ こんにゃくのインディアンソテー 野菜角煮 ポテトサラダ 野沢菜漬け 白飯	熱量 468kcal 蛋白質 9g 脂質 13g 炭水化物 77g カルシウム 38mg 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)、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)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、卵殻Ca、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、水酸化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・りんご・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
7月2日 (火)	牛肉の焼き肉風 にゅう麺チャプチェ 菜の花の炒り煮 かぼちゃサラダ 黒豆 白飯	熱量 521kcal 蛋白質 16g 脂質 16g 炭水化物 78g カルシウム 29mg 食塩相当量 2.6g	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)、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)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・もも・りんご・鶏肉・牛肉を含む)
7月3日 (水)	かに玉風 大根のそぼろ炒め 揚げシューマイ ビーフンサラダ 味付きめかぶ 白飯	熱量 457kcal 蛋白質 9g 脂質 12g 炭水化物 76g カルシウム 39mg 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、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、炭酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
7月4日 (木)	みそソースチキンカツ マカロニのバターソテー じゃが芋の甘煮 玉葱とオクラのシーザーサラダ つぼ漬け そぼろご飯	熱量 538kcal 蛋白質 18g 脂質 16g 炭水化物 78g カルシウム 35mg 食塩相当量 1.9g	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、甘草)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
7月5日 (金)	赤魚の塩焼き 牛蒡のごま炒め 春巻き くずきりのポン酢和え 福神わかめ 白飯	熱量 451kcal 蛋白質 13g 脂質 10g 炭水化物 76g カルシウム 40mg 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)、甘味料(ステビア、ソルビット、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)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さけ・鶏肉を含む)

【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。