

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8日 (月)	南蛮風肉団子 ミニオムレツ 大根の炒め煮 スパゲティサラダ 味付きザーサイ 白飯	熱量 462kcal 蛋白質 11g 脂質 12g 炭水化物 76g カルシウム 35mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、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、豆腐用凝固剤、V. B1、酵素、加工澱粉、香辛料抽出物、にゆうさんCa、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・りんご・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
7月9日 (火)	タラフライ けんちん煮 焼きハム きくらげの青じそ和え 昆布豆 たぬきご飯	熱量 512kcal 蛋白質 15g 脂質 18g 炭水化物 71g カルシウム 36mg 食塩相当量 3.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、リン酸塩Na、豆腐用凝固剤、V. B1、ソルビット、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・小麦・大豆・いか・さば・りんご・セラチン・鶏肉・牛肉を含む)
7月10日 (水)	鶏肉のタルタルソテー 野菜のかき揚げ マカロニのコンソメ煮 長芋のしば和え 甘酢らっきょう 白飯	熱量 486kcal 蛋白質 14g 脂質 12g 炭水化物 79g カルシウム 36mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、甘味料(スクロース)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、貝殻Ca、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・山芋・鶏肉・豚肉を含む)
7月11日 (木)	さわらの塩焼き くず切りの炒め煮 ひじきの生姜炒め キャベツの酢の物 たくあん 白飯	熱量 461kcal 蛋白質 13g 脂質 10g 炭水化物 78g カルシウム 47mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素、紅麴)、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)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さけを含む)
7月12日 (金)	ピーマン肉詰めフライ じゃがピース中華ソテー 厚揚げ焼き 小松菜の錦糸和え のり高菜 白飯	熱量 490kcal 蛋白質 9g 脂質 15g 炭水化物 77g カルシウム 100mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、保存料(ソルビン酸K)、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)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、ソルビット、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酒精、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。