

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
8月5日 (月)	煮込みハンバーグ ミニオムレツ けんちん炒め ちくわと春雨のピーナッツサラダ 酢味噌ゆば風こんにゃく 巻寿司	熱量 467kcal 蛋白質 12g 脂質 12g 炭水化物 76g カルシウム 41mg 食塩相当量 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、クチナシ)、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)、酸味料、乳化剤、リン酸塩Na、豆腐用凝固剤、V. B1、トランス、加工澱粉、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生、大豆・鶏肉・豚肉を含む)
8月6日 (火)	海老しんじょの天ぷら しらたきチャプチェ わかめと高野の煮物 黒ごまスパゲティサラダ しその実めかぶ 白飯	熱量 514kcal 蛋白質 11g 脂質 17g 炭水化物 77g カルシウム 140mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素、紅麹)、甘味料(ステビア、甘草、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、水酸化Ca、貝殻Ca、加工澱粉、レシチン、酵素、グリセリン脂肪酸エステル、V. B1、ソルビット、トランス、香辛料抽出物、酒精、重曹、酢酸Na、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・大豆・ごま・さば・鶏肉を含む)
8月7日 (水)	牛肉のスタミナ焼き 切干大根煮 茶碗蒸し風 ポテトサラダ 桜漬け 白飯	熱量 526kcal 蛋白質 14g 脂質 16g 炭水化物 80g カルシウム 99mg 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)、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、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・牛肉を含む)
8月8日 (木)	あじの塩焼き くずきりと椎茸のソテー 厚揚げ焼き ピーマンののり和え 昆布豆 白飯	熱量 459kcal 蛋白質 16g 脂質 11g 炭水化物 73g カルシウム 54mg 食塩相当量 1.4g	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)、乳化剤、香料、酸味料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、酵素、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごまを含む)
8月9日 (金)	みそソースチキンカツ チンゲン菜の信田煮 海老シューマイ 卵サラダ 甘酢らっきょう 白飯	熱量 485kcal 蛋白質 11g 脂質 15g 炭水化物 74g カルシウム 14mg 食塩相当量 1.8g	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)、酸味料、乳化剤、香料、豆腐用凝固剤、V. B1、グリシン、加工澱粉、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・さけ・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。