

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26日 (月)	あじフライ しらたきのインディアンソテー 野菜角揚げ カリフラワーのフレンチサラダ 野沢菜漬け たぬきご飯	熱量 486kcal 蛋白質 14g 脂質 15g 炭水化物 72g カルシウム 64mg 食塩相当量 2.7g	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、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、水酸化Ca、V. B1、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・いか・さば・鶏肉・豚肉を含む)
8月27日 (火)	豚肉のしゃぶしゃぶ風 茄子の揚げ煮 蒸じゃが ブロッコリーのピーナッツ和え 福神なめこ 白飯	熱量 499kcal 蛋白質 15g 脂質 15g 炭水化物 73g カルシウム 31mg 食塩相当量 2.2g	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)、漂白剤(次亜硫酸Na)、酸化防止剤(V.C.、V.E.)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、卵殻Ca、加工澱粉、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
8月28日 (水)	青じそおろしかに玉 インゲンのそぼろ炒め 焼き餃子 玉葱とオクラのシーザーサラダ 味付きめかぶ 白飯	熱量 474kcal 蛋白質 9g 脂質 14g 炭水化物 75g カルシウム 59mg 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、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、くん液、ソルビット、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・かごけい・大豆・ごま・さけ・さば・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
8月29日 (木)	鶏のから揚げみそソース マカロニの中華ソテー 菜の花と椎茸の炒り煮 胡瓜のからし和え 黒豆 白飯	熱量 516kcal 蛋白質 14g 脂質 16g 炭水化物 76g カルシウム 56mg 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)、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、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、乳酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
8月30日 (金)	さわらの塩焼き 牛蒡のごま油炒め きくらげの煮物 ポテトサラダ つぼ漬け 白飯	熱量 484kcal 蛋白質 15g 脂質 13g 炭水化物 77g カルシウム 28mg 食塩相当量 1.9g	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、豆腐用凝固剤、V. B1、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・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。