

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
9月30日 (月)	ミンチカツ チンゲン菜と揚げのソース炒め 枝豆がんもの煮物 クリーミーエッグ ゆば風こんにゃくの酢味噌和え 白飯	熱量 491kcal 蛋白質 11g 脂質 15g 炭水化物 76g カルシウム 40mg 食塩相当量 1.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カラメルI、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、豆腐用凝固剤、L-アルギニン、トレハロース、加工澱粉、酒精、水酸化Ca、塩化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
10月1日 (火)	さばの塩焼き ちくわとくず切りのきんぴら けんちん煮 ピーマンののり和え 昆布豆 白飯	熱量 480kcal 蛋白質 16g 脂質 14g 炭水化物 70g カルシウム 15mg 食塩相当量 1.9g	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)、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、豆腐用凝固剤、卵殻Ca、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・さば・鶏肉を含む)
10月2日 (水)	煮込みハンバーグ ミニオムレツ 揚げシューマイ 春雨サラダ 桜漬け バーベキューライス	熱量 483kcal 蛋白質 12g 脂質 16g 炭水化物 71g カルシウム 23mg 食塩相当量 3.0g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カラメル色素)、甘味料(ステビア)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、リン酸塩Na、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・さば・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
10月3日 (木)	えびカツ しらたきチャプチェ 茶碗蒸し風 卵サラダ 甘酢らっきょう 白飯	熱量 472kcal 蛋白質 10g 脂質 14g 炭水化物 74g カルシウム 52mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カラメル色素、紅麴)、保存料(ホリリン酸Na)、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、乳化剤、香料、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・大豆を含む)
10月4日 (金)	牛肉のすき焼風 切干の中華炒め 野菜コロツケ マカロニサラダ 昆布佃煮 白飯	熱量 531kcal 蛋白質 14g 脂質 16g 炭水化物 82g カルシウム 120mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カラメル色素、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)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、酵素、ソルビット、加工澱粉、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・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)

【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。