

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	原材料アレルゲン表示
10月21日 (月)	あじフライ こんにゃくの Chorégy 炒め さつま芋の煮物 春雨のしば和え 野沢菜昆布 二色ご飯	熱量 501kcal 蛋白質 16g 脂質 16g 炭水化物 72g カルシウム 47mg 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)、甘味料(ステビア、甘草、スクロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、V. B1、グリシン、加工澱粉、香辛料抽出物、酢酸Na、水酸化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22日 (火)	豚肉の焼肉風 スパゲティソテー 野菜角煮の煮物 小松菜のごま和え 刻みたくあん 白飯	熱量 512kcal 蛋白質 18g 脂質 13g 炭水化物 80g カルシウム 45mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素)、甘味料(ステビア)、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、V. B1、卵殻Ca、ソルビット、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・もも・りんご・鶏肉・豚肉を含む)
10月23日 (水)	ホッケの塩焼き 大根のそぼろ煮 じゃが芋と昆布の煮物 胡瓜のからし和え 黒豆 白飯	熱量 450kcal 蛋白質 13g 脂質 10g 炭水化物 75g カルシウム 67mg 食塩相当量 1.8g	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.、V. E.)、酸味料、乳化剤、香料、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・さば・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
10月24日 (木)	牛肉コロッケ マカロニのチーズ風味炒め ごまわさびシューマイ 三色こんにゃくサラダ しばなめこ 白飯	熱量 515kcal 蛋白質 10g 脂質 13g 炭水化物 89g カルシウム 31mg 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、アセスルファムK)、漂白剤(次亜硫酸Na)、保存料(ポリリン)、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、香辛料抽出物、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・牛肉を含む)
10月25日 (金)	かに玉風 牛蒡の中華炒め 春巻き ビーフンとハムのサラダ 福神漬 白飯	熱量 467kcal 蛋白質 9g 脂質 11g 炭水化物 82g カルシウム 36mg 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、コチニール、紅麴)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ソルビット)、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、リン酸塩Na、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・か・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。