

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
3月24日 (月)	野菜筑前煮 チンゲン菜とさつま揚げの煮物 揚げと昆布の炒め物 玉ねぎのサラダ のり佃煮 チキンみそカツ丼	熱量 510kcal 蛋白質 12g 脂質 15g 炭水化物 80g カルシウム 169mg 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)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、水酸化Ca、塩化Ca、グリシン、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、炭酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
3月25日 (火)	メバルの塩焼き ビーフンチャプチェ 木綿田楽 ピーマンの中華和え 昆布豆 白飯	熱量 479kcal 蛋白質 16g 脂質 12g 炭水化物 75g カルシウム 93mg 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)、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、ソルビット、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
3月26日 (水)	豚しゃぶ風 角こんにゃくの甘辛炒め 揚げかにシューマイ マカロニサラダ 桜漬け 白飯	熱量 489kcal 蛋白質 14g 脂質 14g 炭水化物 75g カルシウム 44mg 食塩相当量 2.3g	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、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、水酸化Ca、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
3月27日 (木)	白身フライ くずきりとコーンのソテー わかめと高野の煮物 小松菜のとろろ和え しその実めかぶ 白飯	熱量 499kcal 蛋白質 10g 脂質 13g 炭水化物 84g カルシウム 52mg 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、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、香料、V. B1、グリセリン脂肪酸エステル、ソルビット、香辛料抽出物、酒精、重曹、炭酸Ca、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)
3月28日 (金)	煮込みハンバーグ ミニオムレツ かぼちゃのひき肉ソテー あおさポテトサラダ ゆば風こんにゃく酢味噌和え 白飯	熱量 481kcal 蛋白質 9g 脂質 14g 炭水化物 78g カルシウム 74mg 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、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、酢酸Na、トハロース、ヒロリン酸第二鉄、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、水酸化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さけ・りんご・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。