

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
4月7日 (月)	<p>ハムカツ しめじと大根のソテー かにシューマイ しらたきの錦糸和え たくあん 白飯</p>	<p>熱量 476kcal 蛋白質 8g 脂質 15g 炭水化物 77g カルシウム 38mg 食塩相当量 2.6g</p>	<p>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、紅麴)、発色剤(亜硝酸Na、)、甘味料(ステビア)、酸化防止剤(V.C.、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、リン酸塩Na、水酸化Na、V. B1、くん液、ソルビット、トレハロース、加工澱粉、香辛料抽出物、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・E6・か・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)</p>
4月8日 (火)	<p>たらの塩焼き きんぴらごぼう おかかうの花 ところてん 味付きめかぶ 白飯</p>	<p>熱量 461kcal 蛋白質 13g 脂質 11g 炭水化物 76g カルシウム 39mg 食塩相当量 1.9g</p>	<p>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、スクラロース)、酸化防止剤(V.E.)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、酒精、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)</p>
4月9日 (水)	<p>豆腐ハンバーグ ウインナーとマカロニのソテー じゃがバター チンゲン菜の生姜和え 黒豆 白飯</p>	<p>熱量 523kcal 蛋白質 14g 脂質 14g 炭水化物 83g カルシウム 193mg 食塩相当量 1.7g</p>	<p>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、紅麴)、発色剤(亜硝酸Na)、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、貝Ca、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・さけ・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)</p>
4月10日 (木)	<p>イカと彩り野菜のカツ くずきりチャプチェ ポン酢厚揚げ焼き 小松菜のからし和え きやらつく たぬきご飯</p>	<p>熱量 496kcal 蛋白質 11g 脂質 16g 炭水化物 75g カルシウム 68mg 食塩相当量 2.6g</p>	<p>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、スクラロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・さばを含む)</p>
4月11日 (金)	<p>鶏肉の南部焼 きくらげのごま油いため 高野の煮物 スパゲティサラダ 高菜漬け 白飯</p>	<p>熱量 488kcal 蛋白質 18g 脂質 13g 炭水化物 73g カルシウム 64mg 食塩相当量 2.4g</p>	<p>調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、保存料(ソルビン酸K)、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、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・鶏肉を含む)</p>

【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。