

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14日 (月)	さばの塩焼き 大根のそぼろ炒め 肉シューマイ 春雨のしば和え わさび菜お浸し 白飯	熱量 457kcal 蛋白質 15g 脂質 13g 炭水化物 72g カルシウム 17mg 食塩相当量 1.6g	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)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草)、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、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)
4月15日 (火)	鶏唐揚げの焼き鳥風 マカロニのチーズソテー さつま芋の煮物 カリフラワーのマヨサラダ 野沢菜昆布 巻寿司	熱量 505kcal 蛋白質 13g 脂質 16g 炭水化物 75g カルシウム 26mg 食塩相当量 2.9g	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、コチニール)、保存料(ホリリン)、甘味料(ステビア、甘草、アセルフアムK)、酸化防止剤(V.C.)、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、グリシン、セルロース、加工澱粉、酒精、酢酸Na、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉を含む)
4月16日 (水)	白身しんじょの甘酢あんかけ 牛蒡の炒め煮 オクラと切干のナムル 小松菜のごま和え 黒豆 白飯	熱量 465kcal 蛋白質 9g 脂質 10g 炭水化物 83g カルシウム 104mg 食塩相当量 1.7g	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)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、加工澱粉、貝Ca、酒精、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉を含む)
4月17日 (木)	牛肉のしゃぶしゃぶ風 グリーンピースのスパゲティソテー 春巻き ビーフンの梅マヨネーズサラダ しばなめこ 白飯	熱量 508kcal 蛋白質 16g 脂質 13g 炭水化物 80g カルシウム 41mg 食塩相当量 2.4g	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、ソルビット、甘草)、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、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月18日 (金)	あじフライ コンニャクのチョレギ炒め がんもの含め煮 かぼちゃのタルタルサラダ 福神漬け 白飯	熱量 488kcal 蛋白質 13g 脂質 15g 炭水化物 74g カルシウム 53mg 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(スクロース)、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、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・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。