

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
5月12日 (月)	海老シューマイ 牛蒡の中華炒め 大根と昆布の炒め煮 春雨サラダ たくあん たぬきご飯	熱量 503kcal 蛋白質 8g 脂質 17g 炭水化物 79g カルシウム 62mg 食塩相当量 2.9g	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、スクラロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・イカ・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
5月13日 (火)	ハムカツ インゲンとしらたきの煮物 ひじきのそぼろ炒め スパゲティサラダ 福神なめこ 白飯	熱量 476kcal 蛋白質 10g 脂質 13g 炭水化物 78g カルシウム 44mg 食塩相当量 2.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ステビア、甘草)、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、V. B1、豆腐用凝固剤、くん液、トレハロース、リン酸塩Na、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・鶏肉を含む)
5月14日 (水)	さばの塩焼き 白菜のけんちん炒め 冷やし茶碗蒸し風 角こんにゃくのからし和え のり佃煮 白飯	熱量 498kcal 蛋白質 16g 脂質 13g 炭水化物 78g カルシウム 28mg 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)、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、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・さばを含む)
5月15日 (木)	鶏肉の南部焼 切干の炒り煮 かぼちゃのバターソテー カリフラワーのフレンチサラダ うぐいす豆 白飯	熱量 522kcal 蛋白質 19g 脂質 11g 炭水化物 84g カルシウム 141mg 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.)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、加工澱粉、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さけ・セラチン・鶏肉を含む)
5月16日 (金)	かにクリームコロッケ ビーフンチャプチェ 野菜角煮の煮物 オクラと高野の中華和え つぼ漬け 白飯	熱量 491kcal 蛋白質 9g 脂質 15g 炭水化物 80g カルシウム 65mg 食塩相当量 1.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(アナー、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、グリセリン脂肪酸エステル、加工澱粉、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・エビ・カニ・大豆・ごま・鶏肉を含む)

【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。