

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19日 (月)	煮込みチーズソースハンバーグ ミニオムレツ 揚げかにシューマイ くずきりのフレンチサラダ しその実めかぶ 白飯	熱量 476kcal 蛋白質 9g 脂質 13g 炭水化物 79g カルシウム 24mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素、紅麴)、保存料(ポリリン)、甘味料(アセスルファムK、スクラロース)、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、リン酸塩Na、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・エビ・カニ・大豆・ごま・さけ・さば・もも・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
5月20日 (火)	あじフライ マカロニとマッシュルームのソテー じゃがバター インゲンの生姜醤油和え ゆば風こんにゃくの甘酢和え 白飯	熱量 515kcal 蛋白質 14g 脂質 15g 炭水化物 80g カルシウム 49mg 食塩相当量 1.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、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、トハロース、香辛料抽出物、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)
5月21日 (水)	豚肉の冷しゃぶ風 春雨の中華ソテー けんちん炒め煮 ブロッコリーの青じそサラダ 桜漬け 白飯	熱量 472kcal 蛋白質 14g 脂質 13g 炭水化物 73g カルシウム 56mg 食塩相当量 2.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素、カラメル色素)、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、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
5月22日 (木)	鱒の塩焼き 切干の炒め物 かぼちゃとコーンのソテー ピーマンののり和え 昆布豆 白飯	熱量 499kcal 蛋白質 18g 脂質 11g 炭水化物 80g カルシウム 130mg 食塩相当量 1.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.)、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・さけ・鶏肉・豚肉を含む)
5月23日 (金)	野菜コロッケ さつま揚げとチンゲン菜のソース炒め 大豆のみそ煮 カリフラワーのしば和え 甘酢らっきょう しそひじきご飯	熱量 486kcal 蛋白質 9g 脂質 13g 炭水化物 81g カルシウム 22mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素、ラック)、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、酒精、炭酸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)

【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。