

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
6月9日 (月)	メバルの塩焼き スパゲティーのピースソテー がんもの含め煮 しらたきのサウザンサラダ 福神漬 白飯	熱量 484kcal 蛋白質 17g 脂質 10g 炭水化物 80g カルシウム 77mg 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)、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・大豆・ごま・鶏肉を含む)
6月10日 (火)	生姜焼き風チキンカツ くずきりの油炒め シューマイ もやしのピーナッツ和え しばなめこ しそひじきご飯	熱量 469kcal 蛋白質 10g 脂質 12g 炭水化物 80g カルシウム 19mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、ラック)、甘味料(スクラロース、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、香料、V. B1、グリシン、ソルビット、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・オレンジ・ごま・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
6月11日 (水)	白身しんじょの甘酢あんかけ 牛蒡の炒め煮 じゃが芋の甘煮 小松菜のからし和え 昆布豆 白飯	熱量 458kcal 蛋白質 8g 脂質 10g 炭水化物 83g カルシウム 31mg 食塩相当量 1.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、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、ソルビット、加工澱粉、貝Ca、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・ごま・さば・鶏肉を含む)
6月12日 (木)	牛肉の冷しゃぶ風 つきこんのチョレギ炒め 春巻き 春雨のごま和え 生姜高菜 白飯	熱量 507kcal 蛋白質 13g 脂質 17g 炭水化物 75g カルシウム 48mg 食塩相当量 2.5g	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、ソルビット、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、V.C.、ソルビット、加工澱粉、酒精、水酸化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
6月13日 (金)	あじフライ 大根のそぼろ炒め バター焼きハム かぼちゃの青じそサラダ わさび菜お浸し 白飯	熱量 538kcal 蛋白質 13g 脂質 19g 炭水化物 76g カルシウム 41mg 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、紅麴)、保存料(ソルビン酸K)、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、リン酸塩Na、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・さけ・さば・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。