

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
7月7日 (月)	イカと彩り野菜のフライ ビーフンチャプチェ 大根と昆布の炒め煮 素麺サラダ つぼ漬け そばろご飯	熱量 489kcal 蛋白質 13g 脂質 17g 炭水化物 72g カルシウム 60mg 食塩相当量 2.9g	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)、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、リン酸塩Na、V. B1、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・鶏肉を含む)
7月8日 (火)	鶏肉のごま味噌焼き 切干と椎茸の炒り煮 ちくわとひじきの炒め物 スパゲティサラダ 福神なめこ 白飯	熱量 489kcal 蛋白質 16g 脂質 11g 炭水化物 83g カルシウム 167mg 食塩相当量 2.6g	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)、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、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)
7月9日 (水)	メバルの塩焼き 牛蒡の中華炒め 野菜角煮の煮物 春雨サラダ のり佃煮 白飯	熱量 472kcal 蛋白質 14g 脂質 10g 炭水化物 79g カルシウム 56mg 食塩相当量 2.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カラメル色素)、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、加工澱粉、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・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
7月10日 (木)	ハムカツ インゲンとしらたきの煮物 茶碗蒸し風 きくらげのごま和え うぐいす豆 白飯	熱量 478kcal 蛋白質 10g 脂質 13g 炭水化物 79g カルシウム 36mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、水酸化Ca、くん液、トレハロース、リン酸塩Na、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・鶏肉を含む)
7月11日 (金)	海老シューマイ 白菜のけんちん炒め かぼちゃのオリブソテー カリフラワーの中華風サラダ たくあん 白飯	熱量 470kcal 蛋白質 9g 脂質 14g 炭水化物 76g カルシウム 26mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、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、豆腐用凝固剤、香辛料抽出物、ソルビット、加工澱粉、次亜塩素酸Na、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・さけ・ゼラチン・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。