

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
8月11日 (月)	お届けはお休みに なります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	
8月12日 (火)	いわし磯辺フライ いんげんのみそ炒め 木綿豆腐の冷奴 スパゲティサラダ 昆布豆 白飯	熱量 475kcal 蛋白質 14g 脂質 13g 炭水化物 73g カルシウム 74mg 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、豆腐用凝固剤、V. B1、 ソルビット、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)
8月13日 (水)	揚げ団子のポン酢炒め 玉子ロール ちくわの天ぷら 春雨の中華マヨサラダ たくあん 巻寿司	熱量 484kcal 蛋白質 14g 脂質 17g 炭水化物 66g カルシウム 41mg 食塩相当量 2.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料 (カラメル色素、カラメル色素、 コチニール)、甘味料(ステビア、ソルビ ット)、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、ソルビット、 トレハロース、加工澱粉、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ ごま・さば・鶏肉を含む)
8月14日 (木)	おろし醤油かに玉 くずきりの炒め煮 ひじきの煮物 牛蒡のシーザーサラダ 昆布佃煮 白飯	熱量 478kcal 蛋白質 10g 脂質 12g 炭水化物 80g カルシウム 46mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料 (カラメル色素、カラメル色素、紅 麹)、保存料(ポリリン)、甘味料 (ステビア、甘草、アセスルファムK)、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、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・か ・大豆・ごま・鶏肉を含む)
8月15日 (金)	揚げシューマイ チンゲン菜のけんちん炒め しその実入り茶碗蒸し 高野の中華サラダ らっきょう漬け 白飯	熱量 483kcal 蛋白質 12g 脂質 16g 炭水化物 70g カルシウム 36mg 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)、甘 味料(ステビア、甘草、スクラロース)、 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、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)

【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。