

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18日 (月)	タラフライ 高野の煮物 ペンのインディアンソテー 大豆の中華和え しば漬け バターソースライス	熱量 516kcal 蛋白質 14g 脂質 16g 炭水化物 76g カルシウム 45mg 食塩相当量 3.0g	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、スクロース)、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、ソルビット、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・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
8月19日 (火)	チキンステーキ 切干チャプチェ ひじきと枝豆のソテー 小松菜の青じそ和え 金時豆 白飯	熱量 490kcal 蛋白質 17g 脂質 12g 炭水化物 77g カルシウム 129mg 食塩相当量 2.3g	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、炭酸Na、炭酸水素Na、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20日 (水)	鰯の塩焼き 春雨の中華炒め ブロッコリーとこんにゃくの炒り煮 黒ごまなます なめこのり 白飯	熱量 460kcal 蛋白質 14g 脂質 11g 炭水化物 73g カルシウム 28mg 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)、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、塩化Ca、香辛料抽出物、酒精、水酸化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・豚肉を含む)
8月21日 (木)	野菜コロッケ きんぴられんこん がんもの甘酢あんかけ しらたきのしば和え 味付きめかぶ 白飯	熱量 492kcal 蛋白質 10g 脂質 15g 炭水化物 78g カルシウム 39mg 食塩相当量 1.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクロース)、漂白剤(次亜硫酸Na)、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、リン酸塩Na、V. B1、水酸化Ca、ミョウバン、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・豚肉・牛肉を含む)
8月22日 (金)	かにシューマイ 麻婆大根 うの花炒り煮 ところてん 生姜高菜 白飯	熱量 462kcal 蛋白質 10g 脂質 13g 炭水化物 75g カルシウム 23mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素、カラメル色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.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、加工澱粉、酒精、水酸化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・さけ・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。