

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
2月16日 (月)	いかミンチカツ 牛蒡のバターソテー インゲンとしらたきの煮物 春雨の青じそサラダ のり佃煮 白飯	熱量 496kcal 蛋白質 10g 脂質 13g 炭水化物 83g カルシウム 41mg 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(スクロース、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、水酸化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・鶏肉を含む))
2月17日 (火)	鶏肉の南部焼 こんにゃくの炒め煮 キャベツとマッシュルームのソテー カリフラワーのシーザーサラダ 福神漬け 白飯	熱量 479kcal 蛋白質 16g 脂質 11g 炭水化物 76g カルシウム 49mg 食塩相当量 2.2g	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)、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、くん液、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))
2月18日 (水)	あじの塩焼き 切干のソテー ひじきの油炒め じゃが芋のしば和え うぐいす豆 白飯	熱量 471kcal 蛋白質 15g 脂質 10g 炭水化物 81g カルシウム 143mg 食塩相当量 1.5g	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、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、加工澱粉、乳酸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))
2月19日 (木)	ハムカツ 麻婆大根 かぼちゃのシャンタンソテー スパゲティサラダ たくあん たぬきご飯	熱量 520kcal 蛋白質 10g 脂質 15g 炭水化物 86g カルシウム 23mg 食塩相当量 3.0g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素、V.B2、カラメル色素、紅麴)、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.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、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、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む))
2月20日 (金)	かにシューマイ 白菜のけんちん炒め しその実入り茶碗蒸し オクラと高野の中華和え ピリ辛こんにゃく 白飯	熱量 463kcal 蛋白質 11g 脂質 10g 炭水化物 81g カルシウム 28mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(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、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、ソルビット、加工澱粉、酒精、重曹、酢酸、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・か・大豆・ごま・サケ・さば・りんご・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。