

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 |
|--------------|---|---|---|
| 3月16日 (月) | 海老しんじょの天ぷら くずきりのバター炒め がんもの煮物 小松菜のからし和え 味つきめかぶ 白飯 | 熱量 492kcal 蛋白質 10g 脂質 15g 炭水化物 79g カルシウム 70mg 食塩相当量 1.9g | 調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド、紅麹)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、グリシン、トレハロース、加工澱粉、貝Ca、酢酸Na、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・エビ・大豆・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉) |
| 3月17日 (火) | 豚肉の焼き肉風 大根のそぼろ炒め 湯豆腐田楽 牛蒡のわさび和え うずら豆 白飯 | 熱量 489kcal 蛋白質 15g 脂質 14g 炭水化物 75g カルシウム 64mg 食塩相当量 1.4g | 調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド)、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、水酸化Ca、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・もも・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む) |
| 3月18日 (水) | かに玉きのこ甘酢あんかけ こんにやくチャプチェ 春巻き チンゲン菜と舞茸の和え物 福神オクラ 白飯 | 熱量 462kcal 蛋白質 9g 脂質 13g 炭水化物 76g カルシウム 57mg 食塩相当量 2.1g | 調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド、紅麹)、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、ソルビット、加工澱粉、次亜塩素酸Na、水酸化Ca、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・ごま・鶏肉を含む) |
| 3月19日 (木) | 牛肉コロッケ スパゲティのツナソテー じゃが芋と昆布の煮物 もやしと人参のごま和え つぼ漬け しそひじきご飯 | 熱量 503kcal 蛋白質 12g 脂質 11g 炭水化物 86g カルシウム 27mg 食塩相当量 2.3g | 調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド、ラック色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・魚醤(魚介類)・牛肉を含む) |
| 3月20日 (金) | 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 | |

【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。