

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30日 (月)	豆腐しんじょのきのこあんかけ けんちん煮 里芋の煮っころがし ポテトサラダ 酢みそゆば風こんにゃく 白飯	熱量 494kcal 蛋白質 10g 脂質 12g 炭水化物 85g カルシウム 101mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(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、トハロース、加工澱粉、貝Ca、酵素、香辛料抽出物、次亜塩素酸Na、酒精、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)
3月31日 (火)	コロッケ 角こんにゃくの油炒め煮 高野の煮物 白菜のしその実和え つぼ漬け 白飯	熱量 482kcal 蛋白質 11g 脂質 13g 炭水化物 78g カルシウム 60mg 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)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V. E.)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、水酸化Ca、ソルビット、酒精、重曹、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
4月1日 (水)	さわらの塩焼き ウインナーとビーフンのソテー 肉団子のケチャップ煮 牛蒡のタルタルサラダ うずら豆 白飯	熱量 492kcal 蛋白質 16g 脂質 11g 炭水化物 79g カルシウム 31mg 食塩相当量 1.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド、紅麹)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(スクラロース、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、リン酸塩Na、V. B1、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さけ・鶏肉・豚肉を含む)
4月2日 (木)	豚肉のバーベキューソテー キャベツのソース炒め じゃがバター しらたきと錦糸の和え物 福神なめこ 白飯	熱量 471kcal 蛋白質 12g 脂質 12g 炭水化物 76g カルシウム 50mg 食塩相当量 2g	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. 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、香料、リン酸塩Na、V. B1、水酸化Ca、くん液、酢酸、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
4月3日 (金)	タラフライ スパゲティーとオクラのソテー ひじきと椎茸の煮物 ブロッコリーのしば和え わさび菜お浸し 梅たぬきご飯	熱量 532kcal 蛋白質 14g 脂質 14g 炭水化物 85g カルシウム 47mg 食塩相当量 3.0g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(スクラロース、ステビア、甘草)、酸化防止剤(V. C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・ゆず・さば・りんごを含む)

【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。