

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
5月18日 (月)	南蛮肉団子 大根とエリンギのソテー お麩の炒め煮 マカロニサラダ らっきょう漬け 白飯	熱量 490kcal 蛋白質 10g 脂質 12g 炭水化物 83g カルシウム 19mg 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)、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、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・さけ・鶏肉を含む)
5月19日 (火)	いわし磯辺フライ けんちん煮 蓮根と人参の炒め物 素麺サラダ 昆布豆 白飯	熱量 511kcal 蛋白質 14g 脂質 14g 炭水化物 80g カルシウム 68mg 食塩相当量 2.7g	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.、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、豆腐用凝固剤、ソルビット、香辛料抽出物、酒精、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごまを含む)
5月20日 (水)	鶏肉の南部焼 切干きんぴら 揚げ海老シューマイ ビーフとなめこのサラダ たくあん 白飯	熱量 508kcal 蛋白質 17g 脂質 11g 炭水化物 81g カルシウム 148mg 食塩相当量 2.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(V. B2、カロチノイド、紅麹)、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、V. B1、酢酸、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・EiP・カニ・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
5月21日 (木)	メバルの塩焼き くずきりの油煮 焼き豆腐の田楽 ピーマンのごま和え のり佃煮 白飯	熱量 455kcal 蛋白質 14g 脂質 10g 炭水化物 74g 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.)、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、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
5月22日 (金)	野菜筑前煮 麻婆なす インゲンの鶏がら炒め こんにゃくのわさび和え 水菜ザーサイ ソースミンチカツ丼	熱量 488kcal 蛋白質 8g 脂質 16g 炭水化物 75g カルシウム 51mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、甘味料(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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、水酸化Ca、アルギニン、加工澱粉、酒精、水酸化Ca、乳酸Ca、塩化Ca、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)

【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。