

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25日 (月)	タラフライ ミニオムレツ マカロニとチンゲン菜のコンソメ煮 もやしと人参のごま和え 昆布佃煮 ためきご飯	熱量 512kcal 蛋白質 13g 脂質 14g 炭水化物 82g カルシウム 32mg 食塩相当量 3.0g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド)、甘味料(スクラロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、ソルビット、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・苺・ごま・さば・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
5月26日 (火)	チキンステーキ 牛蒡の白湯ソテー 高野豆腐のごま煮 ペンネのフレンチサラダ 福神なめこ 白飯	熱量 497kcal 蛋白質 19g 脂質 12g 炭水化物 76g カルシウム 78mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド)、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、クエン酸Na、重曹、炭酸Na、炭酸水素Na、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
5月27日 (水)	ホッケの塩焼き キャベツのみそ炒め じゃがバター ところてん つぼ漬け 白飯	熱量 460kcal 蛋白質 11g 脂質 11g 炭水化物 77g カルシウム 22mg 食塩相当量 1.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、クチナシ黄色)、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、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28日 (木)	茄子の肉はさみ天 角こんにゃくの炒め物 里芋の煮っころがし 大豆のわさび和え オクラと湯葉のお浸し 白飯	熱量 495kcal 蛋白質 10g 脂質 15g 炭水化物 78g カルシウム 29mg 食塩相当量 1.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド、クチナシ黄色)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸Na)、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、グリシン、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉を含む)
5月29日 (金)	白身しんじょのあんかけ スパゲティとオクラのソテー 肉団子のケチャップ煮 素麺サラダ 黒豆 白飯	熱量 494kcal 蛋白質 15g 脂質 11g 炭水化物 81g カルシウム 34mg 食塩相当量 2.4g	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.、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、加工澱粉、貝Ca、香辛料抽出物、酒精、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さけ・鶏肉を含む)

【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。