

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
6月29日 (月)	チキン竜田 キャベツと椎茸の煮物 じゃがバター チンゲン菜のわさび和え 水菜ザーサイ 白飯	熱量 481kcal 蛋白質 12g 脂質 13g 炭水化物 76g カルシウム 57mg 食塩相当量 1.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイ)、甘味料(スクロース、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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、塩化Mg、ポリリン酸Na、加工澱粉、香辛料抽出物、乳酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
6月30日 (火)	あじの塩焼き 切干チャプチェ シューマイ スパゲティーサラダ つぼ漬け 白飯	熱量 467kcal 蛋白質 16g 脂質 10g 炭水化物 75g カルシウム 98mg 食塩相当量 1.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイ、紅麹、ラック)、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・鶏肉・豚肉を含む)
7月1日 (水)	ハンバーグ ツイストマカロニのインディアンソテー 野菜コロッケ 大根のサウザンサラダ 昆布豆 白飯	熱量 521kcal 蛋白質 17g 脂質 14g 炭水化物 79g カルシウム 69mg 食塩相当量 1.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイ)、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、リン酸塩Na、V. B1、安定剤(増粘多糖類)、くん液、ソルビット、トレハロース、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
7月2日 (木)	いかミンチフライ くずきりの油炒め だし醤油厚揚げ焼き きくらげのマリネ わさび菜お浸し しそひじきご飯	熱量 476kcal 蛋白質 10g 脂質 13g 炭水化物 77g カルシウム 55mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、ラック色素)、保存料(ソルビン酸K)、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、香料、V. B1、トレハロース、香辛料抽出物、塩化Mg、硫酸Ca、pH調整剤(一部に小麦・大豆・イカ・ごま・さば・りんごを含む)
7月3日 (金)	鶏肉の南部焼 たまごロール うの花炒り煮 しらたきのサラダ しば漬け 白飯	熱量 449kcal 蛋白質 16g 脂質 11g 炭水化物 69g カルシウム 66mg 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、紅麹)、甘味料(ステビア、ソルビット、甘草)、酸化防止剤(V.E.)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、塩化Mg、水酸化Ca、ソルビット、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さけ・セラチン・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。