

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
9月28日 (月)	えびクリームコロッケ ひじきのピーマンソテー インゲンとしらたきの煮物 カリフラワーのフレンチサラダ なめこのり 白飯	熱量 482kcal 蛋白質 11g 脂質 13g 炭水化物 77g カルシウム 55mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.、V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、水酸化Ca、加工澱粉、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・りんご・ゼラチン・鶏肉を含む)
9月29日 (火)	肉団子の焼き鳥風 野菜天ぷら 茄子の揚げ煮 うまい菜のからし和え しば和え 白飯	熱量 489kcal 蛋白質 12g 脂質 12g 炭水化物 81g カルシウム 58mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト)、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、セルロース、ソルビット、トレハロース、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・ごま・さば・りんご・鶏肉を含む)
9月30日 (水)	メバルの塩焼き 切干の炒め煮 木綿豆腐の冷奴 ビーフンの錦糸和え 金時豆 白飯	熱量 477kcal 蛋白質 18g 脂質 9g 炭水化物 79g カルシウム 153mg 食塩相当量 1.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト)、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、豆腐用凝固剤、塩化Mg、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごまを含む)
10月1日 (木)	チキン竜田たまねぎ酢かけ 麻婆春雨 かぼちゃのシャンタンソテー スパゲティサラダ 福神漬 白飯	熱量 467kcal 蛋白質 13g 脂質 10g 炭水化物 80g カルシウム 22mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト、紅麹)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.、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、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・さけ・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
10月2日 (金)	かにシューマイ チンゲン菜の炒め物 茶碗蒸し風 大豆のチョレギサラダ ピリ辛こんにゃく 黒ごまいなり	熱量 489kcal 蛋白質 14g 脂質 17g 炭水化物 69g カルシウム 20mg 食塩相当量 2.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、紅麹)、甘味料(スクラロース、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、V. B1、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤(一部に卵・小麦・カニ・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉を含む)

【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。