

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
10月19日 (月)	野菜筑前煮 たまごロール ビーフンの中華炒め煮 青菜のごまサラダ オクラと湯葉のお浸し みそミンチカツ丼	熱量 509kcal 蛋白質 11g 脂質 14g 炭水化物 83g カルシウム 69mg 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(ソルビット、スクラロース)、漂白剤(亜硫酸Na)、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、グリシン、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、塩化Ca、香辛料抽出物、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・牛肉を含む)
10月20日 (火)	あじの塩焼き くずきりの和風油炒め ペンのコンソメ煮 二色キャベツのサラダ しばなめこ 白飯	熱量 471kcal 蛋白質 13g 脂質 11g 炭水化物 78g カルシウム 33mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素)、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、ソルビット、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
10月21日 (水)	鶏肉の南部焼 切干チャブチェ がんもの含め煮 素麺とオクラの青じそ和え 黒豆 白飯	熱量 498kcal 蛋白質 14g 脂質 13g 炭水化物 77g カルシウム 127mg 食塩相当量 2.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、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、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さけ・さば・セラチン・鶏肉を含む)
10月22日 (木)	グラタン風フライ インゲンと舞茸のソテー お麩の煮物 カリフラワーのフレンチサラダ ゆずもずく 白飯	熱量 470kcal 蛋白質 11g 脂質 13g 炭水化物 75g カルシウム 19mg 食塩相当量 1.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド、アノール色素)、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、乳化剤、香料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・E.B.・大豆・ごま・セラチン・鶏肉を含む)
10月23日 (金)	マヨソースハンバーグ ツイストマカロニのソテー うまい菜のごま煮 ゆば風こんにゃくの酢味噌和え 桜漬け 白飯	熱量 495kcal 蛋白質 15g 脂質 12g 炭水化物 80g カルシウム 128mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素)、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、リン酸塩Na、V. B1、安定剤(増粘多糖類)、くん液、トレハロース、加工澱粉、酒精、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・バナナ・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。