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	原材料アレルゲン表示
11月16日 （月）	肉団子のｵｰﾛﾗｿｰｽ ミニオムレツ インゲンのソテー しらたきのサウザンサラダ ゆずもずく 白飯	熱量 461kcal 蛋白質 11g 脂質 13g 炭水化物 73g カルシウム 39mg 食塩相当量 2g	調味料(ｱﾐﾉ酸等)、着色料(ｶﾛﾁﾉｲﾄﾞ、ｶﾗﾒﾙ色素)、甘味料(ｽﾃﾋﾞｱ、甘草)、増粘剤(加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、水酸化Ca、ｿﾙﾋﾞｯﾄ、加工澱粉、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
11月17日 （火）	あじフライ 牛蒡のポン酢ソテー かぼちゃの煮物 カリフラワーのピーナッツ和え ピリ辛こんにゃく 白飯	熱量 489kcal 蛋白質 11g 脂質 16g 炭水化物 74g カルシウム 45mg 食塩相当量 1.9g	調味料(ｱﾐﾉ酸等)、着色料(ｶﾛﾁﾉｲﾄﾞ、ｶﾗﾒﾙ色素、紅麹)、甘味料(ｽｸﾗﾛｰｽ、ｽﾃﾋﾞｱ、甘草)、酸化防止剤(V.C.、V.E.)、増粘剤(加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、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、酒精、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・さけ・さば・りんご・ｾﾞﾗﾁﾝ・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
11月18日 （水）	豚肉のしゃぶしゃぶ風 チンゲン菜の信田煮 揚げかにシューマイ ペンネのイタリアンサラダ うぐいす豆 白飯	熱量 539kcal 蛋白質 17g 脂質 16g 炭水化物 79g カルシウム 43mg 食塩相当量 2g	調味料(ｱﾐﾉ酸等)、着色料(ｶﾛﾁﾉｲﾄﾞ、紅麹)、甘味料(ｽﾃﾋﾞｱ、甘草)、酸化防止剤(V.E.、ﾛｰｽﾞﾏﾘｰ抽出物)、増粘剤(加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、塩化Ca、酒精、酢酸、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・ｶﾆ・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
11月19日 （木）	たらの塩焼き 切干の油炒め がんもの含め煮 素麺の錦糸和え 高菜漬 白飯	熱量 488kcal 蛋白質 17g 脂質 11g 炭水化物 78g カルシウム 99mg 食塩相当量 2.8g	調味料(ｱﾐﾉ酸等)、着色料(ｶﾛﾁﾉｲﾄﾞ)、保存料(ｿﾙﾋﾞﾝ酸K)、甘味料(ｽﾃﾋﾞｱ、甘草)、酸化防止剤(V.E.、ﾛｰｽﾞﾏﾘｰ抽出物)、増粘剤(加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、ｿﾙﾋﾞｯﾄ、酒精、酢酸、加工澱粉、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・ｾﾞﾗﾁﾝ・鶏肉を含む)
11月20日 （金）	青じそチキン竜田 ウインナーのマカロニソテー レンコンの煮物 ビーフンのごまサラダ しば漬け たぬきご飯	熱量 533kcal 蛋白質 17g 脂質 15g 炭水化物 80g カルシウム 21mg 食塩相当量 3.0g	調味料(ｱﾐﾉ酸等)、着色料(ｶﾗﾒﾙ色素、ｶﾛﾁﾉｲﾄﾞ)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ｽﾃﾋﾞｱ、甘草、ｽｸﾗﾛｰｽ)、酸化防止剤(ｴﾘｿﾙﾋﾞﾝ酸Na.)、増粘剤(加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、増粘多糖類)、酸味料、膨張剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、ｿﾙﾋﾞｯﾄ、ﾎﾟﾘﾘﾝ酸Na、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤 (一部に卵・小麦・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。