

おかやまコープ たべてん便 献立表【なごみおかず】

日付	献立	食品成分	原材料アレルギー表示
9月21日 (月)	祝日のため、 お届けはお休みになります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	
9月22日 (火)	祝日のため、 お届けはお休みになります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	
9月23日 (水)	さばの味噌煮 マヨたまカツ かぼちゃとあずきの煮物 ほうれん草のバターソテー ツナとビーフンの炒め煮 ブロッコリーときくらげのサラダ 胡瓜のおかか和え 高菜漬	熱量 534kcal 蛋白質 19g 脂質 24g 炭水化物 57g カルシウム 74mg 食塩相当量 3.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(ウコン、コチニール)、発色剤(亜硝酸Na)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、ソルビット、甘草)、酸化防止剤(V. C)、増粘剤(加工澱粉、増粘多糖類)、酒精、グリシン、ソルビット、トレハロース、V. B1、リン酸塩(Na)、加工澱粉、香辛料抽出物、乳化剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチンを含む)
9月24日 (木)	トンカツ(ウスターソース別添) おでん れんこんの生姜炒め さつま芋の煮物 小松菜の辛子マヨネーズソテー ミニおはぎ(加熱しないで下さい) くずきりのごまサラダ 小女子	熱量 526kcal 蛋白質 15g 脂質 23g 炭水化物 60g カルシウム 74mg 食塩相当量 3.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸塩)、酸化防止剤(V. C、V. B1、ローズマリー抽出物)、増粘多糖類、L-システイン、V. B1、酒精、イースト、V. C、グリシン、トレハロース、ミョウバン、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、水酸化Ca、酸味料、乳化剤、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・豚肉を含む)
9月25日 (金)	カレイの山椒焼き 肉団子のんにく炒め じゃがピースソテー 豆腐のかに風味あんかけ マカロニとウインナーのケチャップ炒め ごぼうとわかめのフレンチサラダ チンゲン菜のなめこ和え オクラの酢の物	熱量 481kcal 蛋白質 21g 脂質 20g 炭水化物 50g カルシウム 159mg 食塩相当量 3.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド、紅麴)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸塩)、酸化防止剤(V. C)、増粘剤(加工澱粉、キサンタン)、酒精、グリシン、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、炭酸Ca、酸味料、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・かに・大豆・ごま・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り出してください。

※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。