

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
2月22日 (月)	サーモンフライ(タルソース別添) 大葉つくね マカロニとカニカマのソテー ほうれん草の卵炒め カリフラワーのケチャップ煮 ひじきと長芋のサラダ しろ菜の柚子みそ和え 白花豆の甘煮	熱量 539kcal 蛋白質 21g 脂質 25g 炭水化物 53g カルシウム 292mg 食塩相当量 3.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘多糖類、グリシン、V. B1、加工澱粉、貝殻焼成Ca、香辛料抽出物、酒精、炭酸Ca、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、pH調整剤(一部に卵・小麦・かに・大豆・ごま・さけ・鶏肉・豚肉・やまいも・りんごを含む)
2月23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	
2月24日 (水)	たらのチーズ焼き おでん 里芋と椎茸の煮物 蓮根の韓国風炒め ウインナーとビーフンのソテー 白菜の和風サラダ いんげんの錦糸和え きやらつく	熱量 461kcal 蛋白質 16g 脂質 17g 炭水化物 57g カルシウム 84mg 食塩相当量 3.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(ウコン、カラメル、カロチノイド)、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、増粘多糖類)、酒精、グリシン、ソルビット、V. B1、ミョウバン、加工澱粉、香辛料抽出物、水酸化Ca、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩(Na)、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・
2月25日 (木)	とんかつデミグラスソースかけ 海老シューマイ 切干大根煮 焼き豆腐の味噌かけ ブロッコリーのツナ辛炒め ごぼうのシーザーサラダ チンゲン菜の梅マヨネーズ和え 芋きんとん	熱量 520kcal 蛋白質 17g 脂質 23g 炭水化物 56g カルシウム 235mg 食塩相当量 3.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル、果実色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工澱粉、増粘多糖類)、グリシン、くん液、ソルビット、V. B1、香辛料抽出物、微粒酸化ケイ素、豆腐用凝固剤、酸味料、乳化剤、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・えび・かに・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉・りんご・ゼラチンを含む)
2月26日 (金)	さわらのちゃんちゃん焼き風 ささみフライ スパゲティのわさび炒め ふかしかぼちゃ 小松菜の信田煮 もやしのフレンチサラダ 菜の花の中華和え ヤングコーンの甘酢	熱量 513kcal 蛋白質 24g 脂質 19g 炭水化物 58g カルシウム 103mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工澱粉、増粘多糖類)、グリシン、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、酸味料、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・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。