

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
4月15日 (月)	イカ彩り野菜のカツ 肉団子のごまわさびかけ 切干大根と揚げの煮物 湯豆腐 きんぴられんこん 海藻サラダ クリーミーエッグ オクラと湯葉のお浸し	熱量 501kcal 蛋白質 19g 脂質 23g 炭水化物 55g カルシウム 279mg 食塩相当量 3.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、漂白剤(次亜硫酸Na)、酸化防止剤(V.C.、V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、グリシン、V. B1、加工デンプン、ミウハン、香辛料抽出物、酸味料、乳化剤、香料、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・さば・鶏肉を含む)
4月16日 (火)	牛肉の南部焼き ちくわ磯辺揚げ じゃが芋田楽 角こんにやくのおかか煮 インゲンのコンソメ炒め ビーフンの錦糸サラダ チンゲン菜のゆかり和え 桜漬け	熱量 461kcal 蛋白質 13g 脂質 21g 炭水化物 53g カルシウム 69mg 食塩相当量 3.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.、ローズマリー抽出物)、増粘剤(増粘多糖類)、加工デンプン、V. B1、酒精、トレハロース、香辛料抽出物、酸味料、膨張剤、乳化剤、凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月17日 (水)	ホッケの薬味焼き 水餃子 茄子のケチャップソテー ピーマンの卵炒め 菜の花の生姜煮 ひじきのツナサラダ くずきりの中華和え 金時豆	熱量 457kcal 蛋白質 16g 脂質 18g 炭水化物 55g カルシウム 51mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.、V.E.、ローズマリー抽出物)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、香辛料抽出物、加工デンプン、香辛料抽出物、酒精、V. B1、酸味料、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
4月18日 (木)	サイコロハムのバーベキュー焼き 野菜コロッケ ごぼうの鶏がら炒め 小松菜の煮びたし 里芋の甘酢あんかけ カリフラワーのフレンチサラダ 大豆ともやしの和え物 野沢菜昆布	熱量 465kcal 蛋白質 12g 脂質 23g 炭水化物 49g カルシウム 63mg 食塩相当量 3.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.、ローズマリー抽出物)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、V. B1、酒精、グリシン、加工デンプン、酵素、香辛料抽出物、酸味料、乳化剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月19日 (金)	あじの梅焼き ピーマン肉詰めフライ かぼちゃのオーロラソテー ブロッコリーの白湯炒め 椎茸と高野の煮物 マカロニの韓国風味和え 人参とエリンギのサラダ 長芋の甘酢	熱量 460kcal 蛋白質 17g 脂質 18g 炭水化物 54g カルシウム 74mg 食塩相当量 3.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、カラメル色素)、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)、レシチン、酒精、グリセリン脂肪酸エステル、ピロリン酸Na、加工デンプン、香辛料抽出物、重曹、炭酸Ca、V. B1、酸味料、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・山芋・りんご・ゼラチン・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。