

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22日 (月)	豆腐ハンバーグ えびカツ こんにゃくチャプチェ もやしと大豆の味噌炒め ブロッコリーとカニカマの煮物 大根のツナサラダ 白菜のポン酢和え もろきゅう	熱量 470kcal 蛋白質 15g 脂質 23g 炭水化物 49g カルシウム 222mg 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、紅麴)、保存料(ソルビン酸K)、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)V. B1、加工デンプン、貝Ca、香辛料抽出物、酒精、炭酸Ca、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・カニ・大豆・ごま・りんご・E・カニ・鶏肉を含む)
4月23日 (火)	さわらの照焼き 揚げだし豆腐 れんこんとピーマンの炒め煮 きくらげとひよこ豆のソテー ペンのケチャップ煮 玉葱とオクラのマヨサラダ カリフラワーの青じそ和え 白花豆の甘煮	熱量 453kcal 蛋白質 17g 脂質 20g 炭水化物 50g カルシウム 45mg 食塩相当量 2.8g	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、D-ソルビトール、甘草)、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)、V. B1、シウバン、加工デンプン、酸味料、香料、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
4月24日 (水)	鶏肉のフレンチ炒め あじフライ 茄子の炒め煮 じゃが芋のバターソテー 切干大根とちくわの炒め物 菜の花のフレンチサラダ チンゲン菜の白和え くらげ酢	熱量 474kcal 蛋白質 20g 脂質 21g 炭水化物 51g カルシウム 138mg 食塩相当量 3.8g	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)、漂白剤(亜硝酸Na)、酸化防止剤(V.E.、ローズマリー抽出物)、V. B1、酒精、シウバン、加工デンプン、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、酸味料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉を含む)
4月25日 (木)	太刀魚の塩焼き 鶏肉のムニエル かぼちゃとふきの煮物 春雨とわかめの韓国風炒め うの花炒り煮 レタスと長芋のサラダ インゲンの和風ドレッシング和え 生姜高菜	熱量 450kcal 蛋白質 21g 脂質 16g 炭水化物 53g カルシウム 42mg 食塩相当量 3.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(ウコン色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、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、貝Ca、増粘多糖類)、加工デンプン、V. B1、酒精、グルコン酸鉄、香辛料抽出物、乳酸Ca、凝固剤、酸味料、乳化剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・山芋・りんご・鶏肉を含む)
4月26日 (金)	ハムカツ 一口がんもの炊き合わせ ごぼうのガーリックソテー 小松菜の鶏がら炒め ひじきのコンソメ煮 ビーフンとしめじのきざみ生姜和え 角切りサラダ 味付めかぶ	熱量 463kcal 蛋白質 13g 脂質 22g 炭水化物 53g カルシウム 73mg 食塩相当量 3.9g	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)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、V. B1、酒精、くん液、トハロース、加工デンプン、酸味料、香料、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・セラチン・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。