

# 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	原材料アレルゲン表示
7月29日 (月)	豆腐ハンバーグ 春巻き れんこん肉みそかけ 切干大根の高菜炒め スパゲティのバジルソテー 白菜のごまサラダ もやしのわさび和え 茄子の揚げびたし	熱量 521kcal 蛋白質 14g 脂質 26g 炭水化物 55g カルシウム 264mg 食塩相当量 2.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、ソルビット、甘草)、漂白剤(亜硫酸Na)、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)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、ソルビット、ミョウバン、加工澱粉、貝Ca、香辛料抽出物、酒精、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
7月30日 (火)	鱒の塩焼き 野菜コロッケ きのこ春雨のにんにく炒め かぼちゃとウインナーのソテー インゲンのみそ煮 ブロッコリーのオーロラサラダ 大豆の錦糸和え 野沢菜昆布	熱量 459kcal 蛋白質 17g 脂質 20g 炭水化物 49g カルシウム 36mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、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)、酸味料、乳化剤、リン酸塩Na、V. B1、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さけ・豚肉・牛肉を含む)
7月31日 (水)	肉団子の酢豚風 野菜角煮の炊き合わせ カリフラワーのコンソメ煮 こんにゃくの甘酢炒め 菜の花のマヨソテー 大根とカニカマのサラダ 胡瓜の梅肉和え ゆずもずく	熱量 471kcal 蛋白質 13g 脂質 23g 炭水化物 51g カルシウム 72mg 食塩相当量 3.9g	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、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸化防止剤(V.C.)、酸味料、香料、V. B1、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉を含む)
8月1日 (木)	いかフライ 麻婆なす 牛蒡の韓国風味炒め ひじきと枝豆のソテー 小松菜と揚げの煮物 コールスロー ビーフンとオクラの和風和え 白花豆の甘煮	熱量 484kcal 蛋白質 13g 脂質 21g 炭水化物 58g カルシウム 106mg 食塩相当量 3.2g	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、D-ソルビトール)、漂白剤(亜硫酸Na)、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)、酸味料、乳化剤、V. B1、豆腐用凝固剤、グルコン酸、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
8月2日 (金)	肉じゃが かにシューマイ ペンのソース炒め きくらげとメンマのバターソテー 里芋煮 素麺サラダ ブロッコリーのおろし醤油和え きやらつく	熱量 501kcal 蛋白質 13g 脂質 24g 炭水化物 56g カルシウム 37mg 食塩相当量 3.7g	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)、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)、リン酸塩Na、酸味料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・E.E.・カニ・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。