

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
8月26日 (月)	とんかつ がんもの枝豆あんかけ ごぼうの塩だれ炒め 粉ふき芋 ブロッコリーの中華煮 ビーフンと茄子のナムルサラダ 菜の花のかつお風味和え オクラと湯葉のお浸し	熱量 491kcal 蛋白質 18g 脂質 21g 炭水化物 56g カルシウム 48mg 食塩相当量 3.9g	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)、漂白剤(亜硫酸Na)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、V. B1、グルタミン、トレハロース、酵素、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
8月27日 (火)	さばの塩焼き 肉団子の南部焼き 切干きんぴら マカロニとほうれん草のコンソメ煮 蓮根の甘酢炒め インゲンのイタリアンサラダ ちくわと春雨のごま和え 金時豆	熱量 509kcal 蛋白質 20g 脂質 18g 炭水化物 63g カルシウム 180mg 食塩相当量 2.9g	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)、漂白剤(次亜硫酸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、香料、リン酸塩Na、V. B1、ミョウバン、加工澱粉、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉を含む)
8月28日 (水)	牛肉の柳川風 あじ大葉フライ 小松菜とこんにゃくのソテー ひじきのにんにく炒め さつま揚げときくらげの煮物 カリフラワーのオーロラサラダ もやしの和風ドレッシング和え らっきょう漬	熱量 466kcal 蛋白質 13g 脂質 20g 炭水化物 55g カルシウム 76mg 食塩相当量 3g	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)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、V. B1、グルコン酸鉄、加工澱粉、香辛料抽出物、水酸化Ca、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・りんご・牛肉を含む)
8月29日 (木)	イカと彩り野菜のカツ 豚シューマイ スパゲティとカニカマのソテー 長芋の白湯炒め 厚揚げ焼き 卵サラダ チンゲン菜の白和え 胡瓜としめじの酢の物	熱量 509kcal 蛋白質 18g 脂質 22g 炭水化物 57g カルシウム 106mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、紅麹)、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、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・かニ・大豆・イカ・ごま・山芋・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
8月30日 (金)	サイコロハムと玉葱のソース炒め 海老しんじょの天ぷら かぼちゃとマッシュルームのソテー くずきりのポン酢炒め 里芋のみそ煮 大根サラダ ピーマンののり和え 野沢菜漬	熱量 477kcal 蛋白質 11g 脂質 25g 炭水化物 50g カルシウム 122mg 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、紅麹)、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)、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、加工澱粉、V. B1、トレハロース、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・E.B・大豆・ごま・さば・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。