

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21日 (月)	いわし磯辺フライ がんものそぼろあんかけ 切干大根と揚げの煮物 大豆のコンソメソテー ピーマンの卵炒め きくらげのツナサラダ しらたきの和風ドレッシング和え ゆずもずく	熱量 516kcal 蛋白質 20g 脂質 24g 炭水化物 53g カルシウム 134mg 食塩相当量 4.1g	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)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、V. B1、豆腐用凝固剤、水酸化Ca、グルコン酸鉄、ソルビット、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・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉を含む)
4月22日 (火)	豚肉のスタミナ焼き あじ大葉フライ ウイナーとマカロニのソテー 豆腐のきのこあん もやしと人参のピリ辛高菜炒め かぼちゃのイタリアンサラダ 小松菜のごま和え もろみオクラ	熱量 510kcal 蛋白質 20g 脂質 22g 炭水化物 55g カルシウム 98mg 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)、発色剤(亜硝酸Na)、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.、V.E.、ローズマリー抽出物)、増粘剤(加工エテンブ、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、加工澱粉、次亜硫酸Na、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・さば・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月23日 (水)	赤魚の薬味焼き ミニハンバーグ ビーフンと菜の花のマヨネーズ炒め ごぼうの甘辛煮 長芋とコーンのソテー こんにゃくのシーザーサラダ カリフラワーの中華和え 昆布豆	熱量 452kcal 蛋白質 15g 脂質 19g 炭水化物 53g カルシウム 47mg 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)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、くん液、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、水酸化Ca、加工澱粉、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・山芋・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
4月24日 (木)	メンチカツ かにシューマイ じゃが芋の酢みそかけ チンゲン菜のオイスターソース炒め くずきりと椎茸のソテー ひじきのごまサラダ インゲンのきざみ生姜和え 野沢菜なめこ	熱量 466kcal 蛋白質 10g 脂質 21g 炭水化物 57g カルシウム 44mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、紅麴)、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(加工エテンブ、増粘多糖類)、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、塩化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・Eヒ・カニ・大豆・ごま・もも・りんご・魚醤(魚介類)・鶏肉・豚肉・牛肉を
4月25日 (金)	さばの生姜醤油焼き 牛肉コロッケ ほうれん草と高野の煮物 春雨の白湯炒め 菜の花のケチャップソテー ブロッコリーのピーナッツサラダ 酢れんこん なすの揚げびたし	熱量 479kcal 蛋白質 16g 脂質 23g 炭水化物 50g カルシウム 65mg 食塩相当量 2.2g	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(加工エテンブ、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、グリセリン脂肪酸エステル、ミウバン、加工澱粉、酒精、重曹、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・さば・魚醤(魚介類)・セラチン・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。