

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
5月26日 (月)	豚じゃが がんもの煮物 スパゲティの和風ソテー 切干大根の生姜煮 小松菜の鶏がら炒め きくらげのオーロラサラダ カリフラワーのゆずしょうゆ和え かっぱ漬	熱量 497kcal 蛋白質 19g 脂質 19g 炭水化物 60g カルシウム 108mg 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)、酸化防止剤(V.C.)、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、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
5月27日 (火)	たらの塩焼き なすの肉はさみ天ぷら かぼちゃのバターソテー 豆腐のねぎあんかけ 長芋のにんにく炒め 白菜のシーザーサラダ 菜の花とメンマの和え物 もろきゅう	熱量 466kcal 蛋白質 14g 脂質 20g 炭水化物 55g カルシウム 55mg 食塩相当量 2.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カラメル色素)、保存料(ソルビン酸K)、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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、くん液、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・山芋・鶏肉・豚肉を含む)
5月28日 (水)	鶏肉の焼肉炒め 春巻き ビーフンと野菜の炒め物 れんこんのみそ煮 インゲンとわかめのソテー コールスロー もやしの青じそ和え 昆布佃煮	熱量 452kcal 蛋白質 14g 脂質 18g 炭水化物 57g カルシウム 45mg 食塩相当量 3.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、甘味料(ステビア、ソルビット、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)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、ソルビット、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・さば・もも・りんご・鶏肉・牛肉を含む)
5月29日 (木)	あじの梅焼き 鶏唐揚げ きんぴらごぼう ペンネの塩だれ炒め ピーマンと揚げのソテー ブロッコリーのイタリアンサラダ チンゲン菜ののり和え つぼ漬け	熱量 456kcal 蛋白質 16g 脂質 17g 炭水化物 58g カルシウム 36mg 食塩相当量 3.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、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)、酸味料、香料、膨張剤、リン酸塩Na、V. B1、豆腐用凝固剤、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)
5月30日 (金)	ハムカツ えびシューマイ 高野とコーンの炒め物 ひじきのそぼろ煮 ほうれん草のインディアンソテー 大根とカニカマのサラダ こんにゃくとオクラの中華和え 味付めかぶ	熱量 471kcal 蛋白質 12g 脂質 22g 炭水化物 54g カルシウム 112mg 食塩相当量 3.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カラメル色素、紅麴)、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.、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、くん液、トレハロース、リン酸塩Na、加工澱粉、香辛料抽出物、水酸化Ca、炭酸Ca、炭酸K、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・E.C.・大豆・ごま・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。