

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4日 (月)	鶏からの南蛮漬け風 野菜角煮の炊き合わせ ほうれん草とさつま揚げの煮物 春雨のソテー マカロニとオクラのおかか炒め もやしのピーナッツサラダ ピーマンのからし和え 高菜漬	熱量 512kcal 蛋白質 17g 脂質 25g 炭水化物 54g カルシウム 98mg 食塩相当量 3.7g	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)、保存料(ソルビン酸K)、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)、酸味料、香料、リン酸塩Na、V. B1、キシロース、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏)
8月5日 (火)	赤魚の味噌焼き 牛肉コロッケ 切干大根煮 チンゲン菜の挽肉炒め 豆腐のねぎあんかけ くずきりのごま和え コールスロー 桜漬け	熱量 460kcal 蛋白質 17g 脂質 17g 炭水化物 58g カルシウム 178mg 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)、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、乳化剤、香料、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・魚醬(魚介類)・さば・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
8月6日 (水)	豚肉の七味焼き 揚げしんじょ 牛蒡と昆布の炒め物 かぼちゃのオリーブソテー 茄子の生姜煮 ブロッコリーのツナマヨサラダ 菜の花のかつお風味和え しば漬け	熱量 451kcal 蛋白質 13g 脂質 19g 炭水化物 55g カルシウム 43mg 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)、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、V. B1、ソルビット、加工澱粉、貝Ca、次亜塩素酸Na、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・りんご・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
8月7日 (木)	さわらの塩焼き 豚シューマイ 高野の卵とじ インゲンのタルタルソテー ビーフンのケチャップ炒め じゃが芋の和風ドレッシング和え 白菜のオーロラサラダ きやらつく	熱量 476kcal 蛋白質 17g 脂質 21g 炭水化物 52g カルシウム 55mg 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、甘草、スクロース)、酸化防止剤(V.C.、V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、pグリセリン脂肪酸エステル、グルコン酸鉄加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、重曹、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、H調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・りんご・鶏肉・豚肉を)
8月8日 (金)	鶏肉と玉葱の生姜炒め ちくわの磯辺揚げ ウインナーとスパゲティのソテー ひじき煮 蓮根の青じそ炒め 小松菜のフレンチサラダ こんにゃくのポン酢和え うずら豆	熱量 477kcal 蛋白質 20g 脂質 16g 炭水化物 60g カルシウム 35mg 食塩相当量 2.9g	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(スクロース、ステビア、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)、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、トリアコース、ミウハン、加工澱粉、酵素、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・オレンジ・ごま・さば・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。