

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
2月9日 (月)	メバルの生姜醤油焼き 肉団子の南部焼き さつま揚げときくらげの煮物 ごぼうの甘酢炒め 白菜のケチャップソテー ひじきの錦糸サラダ ビーフンとオクラの青じそ和え なすの揚げびたし	熱量 458kcal 蛋白質 15g 脂質 20g 炭水化物 53g カルシウム 75mg 食塩相当量 2.8g	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(スクロース、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、リン酸塩Na、V. B1、キシリトス、加工澱粉、炭酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・ゼラチン・鶏肉を含む)
2月10日 (火)	鶏肉のねぎ味噌焼き ミニオムレツ 切干大根の炒め煮 小松菜のガーリックソテー コンニャクとエリンギの炒め物 大豆サラダ ピーマンのごま和え かつば漬	熱量 475kcal 蛋白質 18g 脂質 21g 炭水化物 50g カルシウム 162mg 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)、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、V. B1、加工澱粉、酒精、水酸化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
2月11日 (水)	お届けはお休みになります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	
2月12日 (木)	バーベキューハンバーグ 海老しんじょの天ぷら かぼちゃとわかめの煮物 くずきりの白湯炒め カリフラワーと椎茸のソテー 卵サラダ チンゲン菜の韓国風味和え きのこ煮	熱量 486kcal 蛋白質 12g 脂質 22g 炭水化物 57g カルシウム 134mg 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、カラメル色素、紅麹、コア色素)、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、乳化剤、リン酸塩Na、V. B1、安定剤、グリシン、くん液、トレハロース、加工澱粉、貝Ca、香辛料抽出物、酢酸Na、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・大豆・ごま・さば・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
2月13日 (金)	赤魚の塩焼き ひれかつ マカロニのオリーブソテー 長芋と揚げの甘辛炒め インゲンのおかか煮 プロッコリーのオーロラサラダ ほうれん草の中華和え うずら豆	熱量 476kcal 蛋白質 18g 脂質 19g 炭水化物 56g カルシウム 81mg 食塩相当量 2.3g	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.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、加工澱粉、酢酸、水酸化Ca、塩化Mg、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・山芋・豚肉を含む)

【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り出し、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。