

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6日 (月)	ホッケの薬味焼き 揚げ団子 切干とさつま揚げの甘辛炒め くずきりとカニカマのソテー かぼちゃのコンソメ煮 チンゲン菜のごまサラダ カリフラワーのゆずしょうゆ和え 金時豆	熱量 467kcal 蛋白質 17g 脂質 16g 炭水化物 61g カルシウム 150mg 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、紅麹)、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、V. B1、キシロース、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・カニ・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
4月7日 (火)	牛肉の柳川風 海鮮シューマイ ビーフンの韓国風炒め 小松菜と揚げの煮物 茄子のオリーブソテー じゃが芋のイタリアンサラダ ピーマンの中華和え のり佃煮	熱量 470kcal 蛋白質 12g 脂質 21g 炭水化物 56g カルシウム 45mg 食塩相当量 3.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、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、香料、V. B1、塩化Mg、グリシン、酢酸、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月8日 (水)	白身魚天ぷら 麻婆豆腐 きんぴらごぼう 菜の花のみそ煮 ブロッコリーのコンソメ炒め マカロニのシーザーサラダ もやしのザーサイ和え 生姜高菜	熱量 466kcal 蛋白質 16g 脂質 19g 炭水化物 54g カルシウム 54mg 食塩相当量 3.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、安定剤、くん液、塩化Ca、香辛料抽出物、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・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月9日 (木)	豚肉のしゃぶしゃぶ風 ちくわ磯辺揚げ ひじき煮 長芋のバター醤油炒め ペンのガーリックソテー こんにゃくのフレンチサラダ 白菜のからし和え しば漬け	熱量 469kcal 蛋白質 17g 脂質 20g 炭水化物 52g カルシウム 56mg 食塩相当量 3.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド)、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、ソルビット、トレハロース、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、水酸化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・山芋・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
4月10日 (金)	赤魚の味噌焼き コーンコロッセ きくらげと高野の煮物 インゲンとツナのソテー 蓮根の甘酢炒め 玉葱と大豆のポン酢マヨサラダ しろ菜の青じそ和え 味付めかぶ	熱量 472kcal 蛋白質 16g 脂質 18g 炭水化物 58g カルシウム 84mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素)、甘味料(スクラロース、ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸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、乳化剤、リン酸塩Na、V. B1、ヨウバン、加工澱粉、酒精、重曹、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごまを含む)

【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。