

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20日 (月) | 豆腐ハンバーグ 麻婆春雨 切干の中華炒め ほうれん草の信田煮 じゃが芋とマッシュルームのソテー 海藻サラダ 玉葱とオクラのポン酢和え きやらつく | 熱量 489kcal 蛋白質 13g 脂質 22g 炭水化物 57g カルシウム 252mg 食塩相当量 3.9g | 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、V. B1、塩化Mg、加工澱粉、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む) |
| 4月21日 (火) | 肉団子の酢豚風 水餃子 ビーフンとしめじのバターソテー 刻み昆布とチンゲン菜の煮物 ピーマンの卵炒め しらたきのサウザンサラダ もやしの高菜和え ゆずもずく | 熱量 457kcal 蛋白質 11g 脂質 20g 炭水化物 55g カルシウム 47mg 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、紅麹)、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、水酸化Ca、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、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) |
| 4月22日 (水) | イカと彩り野菜のカツ 野菜角煮の炊き合わせ 牛蒡のそぼろ煮 ペンのバジルソテー 長芋の白湯炒め ひじきのごま和え カリフラワーのマリネ しろ菜のわさび醤油 | 熱量 484kcal 蛋白質 15g 脂質 23g 炭水化物 52g カルシウム 117mg 食塩相当量 3.2g | 調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド)、甘味料(スクロース、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、クエン酸、リン酸Ca、加工澱粉、香辛料抽出物、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・さば・山芋・りんご・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む) |
| 4月23日 (木) | 豚肉の生姜焼き かにクリームコロッケ 大豆のケチャップ煮 インゲンの和風おろし炒め ブロッコリーのオリーブソテー 角切りサラダ くずきりの青じそ和え うずら豆 | 熱量 503kcal 蛋白質 15g 脂質 23g 炭水化物 56g カルシウム 40mg 食塩相当量 2.8g | 調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素、紅麹)、甘味料(スクロース、ステビア、甘草)、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、乳化剤、香料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エヒ・カニ・大豆・りんご・鶏肉・豚肉を含む) |
| 4月24日 (金) | さわらの塩焼き 梅ささみフライ かぼちゃのガーリックソテー 小松菜のしば炒め 里芋煮 マカロニのしょうがクリーミーサラダ 酢れんこん 桜漬け | 熱量 481kcal 蛋白質 15g 脂質 21g 炭水化物 54g カルシウム 35mg 食塩相当量 2.8g | 調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド)、甘味料(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、香料、リン酸塩Na、V. B1、ソルビット、ミウハン、加工澱粉、貝Ca、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・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。