

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
6月22日 (月)	鶏肉のねぎ味噌焼き かにシューマイ 切干大根煮 長芋とコーンのソテー ブロッコリーの甘酢炒め ほうれん草の白和え きくらげの辛子マヨサラダ かつぱ漬	熱量 465kcal 蛋白質 15g 脂質 18g 炭水化物 57g カルシウム 153mg 食塩相当量 3.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイ、紅麹)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、V. B1、水酸化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・カニ・大豆・ごま・山芋・鶏肉・豚肉を含む)
6月23日 (火)	ホッケの塩焼き 肉団子のたまねぎ酢かけ 牛蒡と揚げの煮物 かぼちゃのオリーブソテー スパゲティのんにく炒め 角切りサラダ 菜の花の高菜和え 黒豆	熱量 468kcal 蛋白質 17g 脂質 17g 炭水化物 58g カルシウム 60mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイ、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(加工エテンブ、増粘多糖類)、酸味料、V. B1、ソルビト、加工澱粉、香辛料抽出物、次亜塩素酸Na、酒精、乳酸Ca、塩化Mg、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)
6月24日 (水)	とんかつ 高野豆腐の炊き合わせ ひじき煮 チンゲン菜とエリンギの炒め物 春雨とちくわのソテー もやしのシーザーサラダ クリーミーエッグ 桜漬け	熱量 497kcal 蛋白質 15g 脂質 25g 炭水化物 48g カルシウム 66mg 食塩相当量 3.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイ)、甘味料(スクロース、ステビア、甘草)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸Na、V. B1、くん液、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、重曹、酵素製剤、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
6月25日 (木)	あじの照焼き 牛肉コロツケ マカロニのインディアンソテー 蓮根の生姜煮 ピーマンの中華炒め インゲンのオーロラサラダ 白菜とメンマの和え物 明太子オクラ	熱量 478kcal 蛋白質 14g 脂質 18g 炭水化物 58g カルシウム 42mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイ、カラメル色素、コチニール)、甘味料(スクロース、ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(キサンタンガム)、酸味料、乳化剤、V. B1、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・魚醤(魚介類)・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
6月26日 (金)	チキンステーキ 海老しんじょの天ぷら ツナとビーフンのソテー こんにゃくの塩だれ炒め じゃが芋のきんぴら カリフラワーの青じそサラダ 小松菜の和風ドレッシング和え なすの揚げびたし	熱量 471kcal 蛋白質 15g 脂質 19g 炭水化物 56g カルシウム 84mg 食塩相当量 3.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイ、紅麹)、甘味料(スクロース、ステビア、甘草)、増粘剤(加工エテンブ、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、V. B1、クエン酸Na、グリシン、トハラロース、加工澱粉、貝Ca、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、水酸化Ca、炭酸Na、炭酸水素Na、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・Eビ・大豆・ごま・さば・りんご・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。