

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17日 (月)	豆腐ハンバーグ 白身梅しそフライ うの花炒り煮 春雨のオイスター炒め 蓮根とエリンギのソテー 玉葱とオクラの和風サラダ インゲンとちくわの青じそ和え たくあん	熱量 457kcal 蛋白質 12g 脂質 19g 炭水化物 58g カルシウム 30mg 食塩相当量 3.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト)、甘味料(甘草、スクラロース)、漂白剤(次亜硫酸Na)、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、リン酸塩Na、V. B1、V.C.、ソルビトール、ミョウバン、加工澱粉、酵素製剤、酒精、酢酸、水酸化Ca、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・魚醬(魚介類)・鶏肉・豚肉を含む)
8月18日 (火)	たらのごま風味焼き ささみフライ ごぼうのガーリックソテー ひじきのツナ辛炒め 高野豆腐の中華煮 もやしのタルタルサラダ 胡瓜と長芋の酢の物 白花豆の甘煮	熱量 468kcal 蛋白質 17g 脂質 18g 炭水化物 57g カルシウム 88mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト)、甘味料(スクラロース、ステビア、甘草、D-ソルビトール)、漂白剤(亜硫酸Na)、酸化防止剤(V.E.、V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、香辛料抽出物、炭酸K、塩化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)
8月19日 (水)	鶏肉のポン酢炒め かにクリームコロッケ 茄子のみそ炒め ペンのインディアンソテー 切干の生姜煮 ブロッコリーのシーザーサラダ チンゲン菜のおひたし のり佃煮	熱量 475kcal 蛋白質 17g 脂質 20g 炭水化物 54g カルシウム 108mg 食塩相当量 3.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(アナー色素、カラメル色素、紅麹)、保存料(ホリジン)、甘味料(アセスルファムK、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、香料、V. B1、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・エヒ・カニ・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
8月20日 (木)	イカと彩り野菜カツ 出し巻き玉子 ビーフンチャプチェ ほうれん草としめじのソテー ピーマンの中華炒め 菜の花のナムル 大豆のわさび和え 水菜ザーサイ	熱量 453kcal 蛋白質 13g 脂質 20g 炭水化物 53g カルシウム 96mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、甘味料(スクラロース、ステビア、ソルビット、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、香料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、乳酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
8月21日 (金)	牛肉の柳川風 がんもと刻み昆布の煮物 蓮根のしば炒め 青菜のオリーブソテー 里芋煮 カリフラワーのピーナッツ和え 白菜ののり和え ところてん	熱量 481kcal 蛋白質 15g 脂質 21g 炭水化物 55g カルシウム 33mg 食塩相当量 3.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(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.)、酸味料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・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。