

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31日 (月)	生姜焼きハンバーグ ちくわ磯辺揚げ 蓮根と人参の煮物 厚揚げ焼き きくらげとしらたきのおかか炒め ピーマンの中華サラダ うまい菜の酢みそ和え 野沢菜昆布	熱量 468kcal 蛋白質 15g 脂質 18g 炭水化物 58g カルシウム 115mg 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(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、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B 1、水酸化Ca、安定剤(増粘多糖類)、グリシン、トレハロース、加工澱粉、酒精、酢酸Na、酢酸、塩化Mg、硫酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・オレンジ・ごま・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
9月1日 (火)	あじフライ 野菜角煮の炊き合わせ 昆布と大豆の煮物 インゲンの塩だれ炒め もやしとメンマのソテー ひじきのシーザーサラダ くずきりのしその実和え わさび菜お浸し	熱量 480kcal 蛋白質 15g 脂質 22g 炭水化物 53g カルシウム 98mg 食塩相当量 3.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト、カラメル色素)、保存料(ソルビン酸K)、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、香料、V. B1、クエン酸、くん液、ソルビット、リン酸Ca、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、硫酸Ca、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・豚肉を含む)
9月2日 (水)	鶏肉の七味焼き 野菜かき揚げ 切干チャブチェ ビーフンとウインナーの炒め物 ごぼうのフレンチソテー チンゲン菜のごまサラダ こんさい菜のからし和え ゆずもずく	熱量 475kcal 蛋白質 13g 脂質 21g 炭水化物 56g カルシウム 152mg 食塩相当量 2.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト)、発色剤(亜硫酸Na)、甘味料(ステビア、甘草、スクロース)、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、香料、リン酸塩Na、V. B1、水酸化Ca、ソルビット、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤 (一部に卵・小麦・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
9月3日 (木)	赤魚の塩焼き 鶏唐揚げ 高野田楽 じゃがバター 小松菜のケチャップソテー スパゲティサラダ 大豆の錦糸和え きやらつく	熱量 481kcal 蛋白質 18g 脂質 19g 炭水化物 57g カルシウム 55mg 食塩相当量 3.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト)、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、リン酸塩Na、V. B1、香辛料抽出物、酒精、重曹、乳酸Ca、加工澱粉、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・鶏肉を含む)
9月4日 (金)	肉団子の南蛮漬け風 かに玉 かぼちゃとオクラのソテー きんぴられんこん こんにゃくと揚げの煮物 白菜のポン酢マヨサラダ カリフラワーの生姜醤油和え 福神漬	熱量 467kcal 蛋白質 11g 脂質 19g 炭水化物 60g カルシウム 67mg 食塩相当量 3.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト、カラメル色素、紅麴)、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、リン酸塩Na、V. B 1、塩化Mg、ヨウバン、加工澱粉、水酸化Ca、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・か・大豆・ごま・鶏肉を含む)

【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。