

おかやまコープ たべてん便 献立表【おかず4品コース】

日付	献立	食品成分	原材料アレルギー表示
8月4日 (月)	鶏肉のバジルソース エビと野菜の甘酢炒め 糸こんにゃくとさつまあげの甘辛炒め うぐいす豆	熱量 422 kcal 蛋白質 21 g 脂質 29 g 炭水化物 21 g カルシウム 42 mg 食塩相当量 2.8 g	酢酸 (Na)、増粘剤 (加工でん粉、キサンタン)、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、酸味料、着色料 (クチナシ、紅花黄)、水酸化Ca、pH調整剤、酵素、ショ糖エステル、乳化剤、乳酸Ca、香辛料、酸化防止剤 (V. C)、香料 (一部にえび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチンを含む)
8月5日 (火)	サバの煮付け 麻婆豆腐 白菜とコーンの中華煮 枝豆ポテトサラダ	熱量 376 kcal 蛋白質 16 g 脂質 21 g 炭水化物 25 g カルシウム 113 mg 食塩相当量 2.4 g	糊料 (加工でん粉、増粘多糖類)、酢酸 (Na)、調味料 (アミノ酸等)、着色料 (カラメル)、凝固剤、グリシン、pH調整剤、酵素、ショ糖エステル、酒精、酸化防止剤 (エリソルビン酸Na、V. C)、香辛料、環状オリゴ糖、香料、酸味料 (一部に小麦・卵・乳成分・オレンジ・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチンを含む)
8月6日 (水)	とんかつ もやしと玉子のカニカマあんかけ ナスの生姜かつお削り節和え もずくの酢の物	熱量 342 kcal 蛋白質 9 g 脂質 23 g 炭水化物 25 g カルシウム 21 mg 食塩相当量 2.5 g	加工澱粉、増粘剤 (加工澱粉、増粘多糖類)、酢酸 (Na)、トレハロース、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、リン酸塩 (Na)、酸味料、ミョウバン、pH調整剤、酒精、着色料 (カロチノイド、紅麹)、ソルビット、乳化剤、酵素、ショ糖エステル、酸化防止剤 (V. C、エリソルビン酸Na)、香料、環状オリゴ糖 (一部にかに・小麦・卵・乳成分・さば・大豆・豚肉・りんご・魚介エキス)
8月7日 (木)	サワラの南部焼き チーズつくね 人参とツナのきんぴら 里芋のキムチたれ	熱量 415 kcal 蛋白質 22 g 脂質 27 g 炭水化物 21 g カルシウム 47 mg 食塩相当量 2.0 g	酢酸 (Na)、増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、グリシン、乳化剤、凝固剤、調味料 (アミノ酸等)、着色料 (カラメル、カロチノイド)、酵素、ショ糖エステル、pH調整剤、酒精、酸化防止剤 (V. C)、香辛料、酸味料、香料 (一部に小麦・卵・乳成分・オレンジ・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン・魚醤 (魚介類) を含む)
8月8日 (金)	牛すき焼き かに風味シューマイ ジャーマンポテト きゅうりとハムの中華サラダ	熱量 337 kcal 蛋白質 8 g 脂質 26 g 炭水化物 18 g カルシウム 38 mg 食塩相当量 1.8 g	調味料 (アミノ酸等)、酢酸 (Na)、加工でん粉、グリシン、リン酸塩 (Na)、増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、カゼインNa、水酸化Ca、着色料 (紅麹、クチナシ、カラメル)、pH調整剤、くん液、酸化防止剤 (V. C)、酵素、ショ糖エステル、発色剤 (亜硝酸Na)、香辛料、乳化剤、酸味料 (一部にえび・かに・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚

【ご注意】別添付の調味料などの小袋がある場合、電子レンジにかける前に取出してください。

※原材料不足などにより、献立を変更させていただく場合がございます。予めご了承ください。

※全てのコースの変更、取消がある場合はお届け前週 (水) の17時までにご連絡を下さい。