

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
4月6日 (月)	鶏肉のトマトソースがけ 大根のカニカマあんかけ 炊き合わせ (人参・高野・椎茸) コールスローサラダ	熱量 340 kcal 蛋白質 17 g 脂質 23 g 炭水化物 16 g カルシウム 38 mg 食塩相当量 2.7 g	糊料 (加工でん粉、増粘多糖類)、酢酸 (Na)、グリシン、調味料 (アミノ酸等)、加工でん粉、pH調整剤、着色料 (カラメル、紅麹)、酒精、ソルビット、酵素、ショ糖エステル、凝固剤、塩化Ca、酸味料、重曹、香料、香辛料、酸化防止剤 (V, C)、(一部にかに・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)
4月7日 (火)	さわらの煮付け ジャージャー麺風 糸こんにゃくとさつまあげの甘辛炒め コーンポテトサラダ	熱量 361 kcal 蛋白質 16 g 脂質 19 g 炭水化物 28 g カルシウム 35 mg 食塩相当量 2.3 g	増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、酢酸 (Na)、加工でん粉、ソルビット、調味料 (アミノ酸等)、かんすい、グリシン、水酸化Ca、pH調整剤、酸味料、酵素、ショ糖エステル、酒精、着色料 (クチナシ)、酸化防止剤 (V, C)、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・ゼラチンを含む)
4月8日 (水)	豚肉の和風玉ねぎソース和え かにのふわふわ豆腐 ひじきのごま炒め きゅうりとキャベツの酢の物	熱量 355 kcal 蛋白質 9 g 脂質 25 g 炭水化物 19 g カルシウム 61 mg 食塩相当量 1.4 g	加工でん粉、増粘剤 (加工でん粉)、酢酸 (Na)、グリシン、調味料 (アミノ酸等)、pH調整剤、酒精、膨脹剤、酸味料、着色料 (紅麹、V, B2)、ショ糖エステル、香料、酵素、乳化剤、凝固剤、酸化防止剤 (エリソルビン酸Na、V, C)、環状オリゴ糖、(一部にかに・小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・豚肉・りんごを含む)
4月9日 (木)	天ぷら (エビ・カニカマ・オクラ・サツマイモ) 鶏肉と白菜のホワイトソースがけ チンジャオこんにゃく 切干大根と昆布の酢の物	熱量 399 kcal 蛋白質 18 g 脂質 25 g 炭水化物 27 g カルシウム 59 mg 食塩相当量 2.5 g	加工でん粉、酢酸 (Na)、グリシン、調味料 (アミノ酸等)、増粘剤 (加工でん粉)、膨脹剤、pH調整剤、酒精、着色料 (紅麹、カラメル、V, B2)、乳酸Na、乳化剤、水酸化Ca、酵素、ショ糖エステル、香料、酸味料、酸化防止剤 (V, C)、(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)
4月10日 (金)	牛皿風 白身魚すり身揚げの生姜あんかけ 小松菜とさつまあげの煮浸し 五目豆煮	熱量 350 kcal 蛋白質 11 g 脂質 22 g 炭水化物 25 g カルシウム 60 mg 食塩相当量 2.2 g	加工でん粉、ソルビット、増粘剤 (加工でん粉)、酢酸 (Na)、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、凝固剤、pH調整剤、酒精、漂白剤 (亜硫酸塩)、酸化防止剤 (V, C、エリソルビン酸Na)、リン酸塩 (Na)、酵素、ショ糖エステル、香辛料、水酸化Ca、環状オリゴ糖、乳化剤、酸味料、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・さば・大豆を含む)

【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。