

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20日 (月)	牛肉のプルコギ トマトソースオムレツ つきこんにゃくのたらこ煮 バジルポテトサラダ	熱量 384 kcal 蛋白質 9 g 脂質 29 g 炭水化物 22 g カルシウム 47 mg 食塩相当量 2.9 g	糊料（加工でん粉、増粘多糖類）、酢酸（Na）、グリシン、ソルビット、調味料（アミノ酸等）、水酸化Ca、pH調整剤、酵素、ショ糖エステル、着色料（クチナシ、カロチン、紅花黄、V. B2）、酸味料、酸化防止剤（V. C、エリソルビン酸Na）、乳化剤、加工でん粉、香辛料、環状オリゴ糖、酒精、（一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉を含む）
4月21日 (火)	寄せ鍋風 大根のそぼろあんかけ ほうれん草のクリームスパゲティ きゅうりのツナマヨネーズ和え	熱量 339 kcal 蛋白質 10 g 脂質 22 g 炭水化物 22 g カルシウム 46 mg 食塩相当量 2.1 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）、酒精、pH調整剤、酵素、ショ糖エステル、着色料（カラメル）、酸化防止剤（V. C、エリソルビン酸Na）、香料、香辛料、環状オリゴ糖、酸味料、（一部にえび・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）
4月22日 (水)	酢鶏 コーン入りさつまあげの煮物 糸こんにゃくのおかか炒め オクラとカニカマの酢の物	熱量 357 kcal 蛋白質 12 g 脂質 21 g 炭水化物 30 g カルシウム 73 mg 食塩相当量 2.5 g	増粘剤（加工でん粉）、酢酸（Na）、加工でん粉、グリシン、調味料（アミノ酸等）、酸味料、着色料（カラメル、紅麴、V. B2）、pH調整剤、膨脹剤、水酸化Ca、ソルビット、乳化剤、酵素、ショ糖エステル、香料、酒精、酸化防止剤（V. C）、（一部にかに・小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・りんごを含む）
4月23日 (木)	白身魚フライのタルタル添え ポークビーンズ 大根の照り焼き風煮 もずくときゅうりの酢の物	熱量 408 kcal 蛋白質 13 g 脂質 27 g 炭水化物 29 g カルシウム 38 mg 食塩相当量 2.1 g	加工でん粉、増粘剤（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）、酸味料、酒精、カゼインNa、リン酸塩（Na）、着色料（カラメル、クチナシ）、酵素、ショ糖エステル、くん液、酸化防止剤（V. C）、pH調整剤、香辛料、香料、塩化Ca、発色剤（亜硝酸Na）、トレハロース、（一部に小麦・卵・乳成分・大豆・豚肉・魚介エキス（魚介類）・魚醤
4月24日 (金)	豚しゃぶ エビと野菜の甘酢炒め チンゲン菜と人参の煮浸し マカロニサラダ	熱量 337 kcal 蛋白質 11 g 脂質 22 g 炭水化物 24 g カルシウム 64 mg 食塩相当量 2.9 g	酢酸（Na）、増粘剤（加工でん粉、増粘多糖類）、ソルビット、酸味料、調味料（アミノ酸等）、グリシン、pH調整剤、酵素、ショ糖エステル、V. B1、酸化防止剤（V. E、V. C）、乳化剤、香辛料、酒精、香料、着色料（アナトー）、（一部にえび・小麦・卵・乳成分・落花生・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチンを含む）

【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。