

# 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27日 (月)	アジの塩麹焼き まぜそば風 細切昆布煮 白菜の酢の物	熱量 336 kcal 蛋白質 17 g 脂質 21 g 炭水化物 19 g カルシウム 75 mg 食塩相当量 2.4 g	酢酸 (Na)、増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、調味料 (アミノ酸等)、かんすい、グリシン、酒精、pH調整剤、凝固剤、酵素、ショ糖エステル、酸味料、着色料 (クチナシ)、酸化防止剤 (エリソルビン酸Na)、香料、環状オリゴ糖、(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28日 (火)	とんかつ 白身魚ハンバーグのおろしポン酢がけ ピーマンと人参のスタミナ炒め 五目豆煮	熱量 396 kcal 蛋白質 11 g 脂質 22 g 炭水化物 35 g カルシウム 45 mg 食塩相当量 3.3 g	加工でん粉、酢酸 (Na)、調味料 (アミノ酸等)、増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、リン酸塩 (Na)、グリシン、ソルビット、凝固剤、酸味料、漂白剤 (亜硫酸塩)、酵素、ショ糖エステル、香料、pH調整剤、酸化防止剤 (V、C)、香辛料、水酸化Ca、酒精、(一部に小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・豚肉・りんごを含む)
4月29日 (水)	お届けはお休みになります	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 炭水化物 g カルシウム mg 食塩相当量 g	
4月30日 (木)	ビーフシチュー カニ玉風オムレツ キャベツとあげの味噌マヨネーズ炒め もやしとわかめの酢の物	熱量 360 kcal 蛋白質 8 g 脂質 27 g 炭水化物 24 g カルシウム 53 mg 食塩相当量 2.6 g	糊料 (加工でん粉、カラギナン)、着色料 (カラメル、紅麹、カロチン、V、B2)、酢酸 (Na)、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、加工でん粉、乳化剤、酸味料、酒精、pH調整剤、凝固剤、酵素、ショ糖エステル、ソルビット、塩化Ca、香料、香辛料、環状オリゴ糖、(一部にかに・小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・りんごを含む)
5月1日 (金)	ミックスフライ(エビフライ、アジフライ) 煮野菜のそばろあんかけ 卵の花 しそポテトサラダ	熱量 394 kcal 蛋白質 10 g 脂質 27 g 炭水化物 28 g カルシウム 49 mg 食塩相当量 2.1 g	増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、酢酸 (Na)、加工でん粉、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、酒精、pH調整剤、酸味料、酵素、ショ糖エステル、水酸化Ca、香辛料、香料、トレハロース、着色料 (パプリカ色素)、(一部にえび・小麦・卵・乳成分・オレンジ・さば・大豆・鶏肉を含む)

【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。