

# 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
5月25日 (月)	エビのマヨネーズソース添え 白菜と鶏ひき肉の塩だれ炒め たらこスパゲティ ツナのゴマだれサラダ	熱量 369 kcal 蛋白質 10 g 脂質 29 g 炭水化物 19 g カルシウム 44 mg 食塩相当量 1.9 g	酢酸 (Na)、増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、グリシン、調味料 (アミノ酸等)、ソルビット、pH調整剤、膨脹剤、酸味料、酒精、酵素、ショ糖エステル、酸化防止剤 (V. C、V. E)、乳化剤、香辛料、香料、V. B 1、着色料 (カロチノイド、V. B 2)、(一部にえび・小麦・卵・乳成分・落花生・オレンジ・ごま・大豆・鶏肉を含む)
5月26日 (火)	牛皿風 山芋海鮮焼き さつまあげと人参の炒め煮 コーンポテトサラダ	熱量 313 kcal 蛋白質 8 g 脂質 20 g 炭水化物 25 g カルシウム 30 mg 食塩相当量 2.3 g	加工でん粉、調味料 (アミノ酸等)、増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、ソルビット、トレハロース、酢酸 (Na)、着色料 (カラメル、野菜色素、クチナシ)、グリシン、酸味料、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)、環状オリゴ糖、乳化剤、香料、(一部に小麦・卵・乳成分・いか・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・やまいも・りんご・ゼラチンを含む)
5月27日 (水)	アジの照り焼き オムレツのミートソースがけ キャベツとコーンの豆乳炒め バジル風味カルボナーラサラダ	熱量 363 kcal 蛋白質 17 g 脂質 21 g 炭水化物 23 g カルシウム 67 mg 食塩相当量 2.9 g	糊料 (加工でん粉、増粘多糖類)、酢酸 (Na)、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、着色料 (カラメル、カロチノイド、クチナシ、V. B 2、紅花黄)、pH調整剤、酵素、ショ糖エステル、酸味料、乳化剤、塩化Ca、酒精、香料、香辛料、酸化防止剤 (V. C)、(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)
5月28日 (木)	鶏肉の照り焼き アサリとチンゲン菜の炒め物 卵の花とひじきの和え物 きゅうりとカニカマの酢の物	熱量 352 kcal 蛋白質 23 g 脂質 23 g 炭水化物 14 g カルシウム 58 mg 食塩相当量 1.9 g	増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、酢酸 (Na)、グリシン、加工でん粉、調味料 (アミノ酸等)、pH調整剤、着色料 (カラメル、紅麴)、酒精、ソルビット、酵素、ショ糖エステル、水酸化Ca、香料、酸味料、酸化防止剤 (V. C)、(一部にかに・小麦・卵・乳成分・オレンジ・ごま・さば・大豆・鶏肉・りんごを含む)
5月29日 (金)	八宝菜 (エビ) チーズ鶏つくね れんこんのごま煮 もずくの酢の物	熱量 401 kcal 蛋白質 14 g 脂質 28 g 炭水化物 22 g カルシウム 60 mg 食塩相当量 3.7 g	増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、酢酸 (Na)、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、リン酸塩 (Na)、酒精、乳化剤、酸味料、凝固剤、pH調整剤、着色料 (カラメル、カロチノイド)、酵素、ショ糖エステル、酸化防止剤 (V. C、亜硫酸塩)、香料、(一部にえび・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・魚介エキス (魚介類)・魚醤 (魚介

【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。