

★ご飯の単品企画新登場!!★
いつものおかずと一緒にいかがですか？
詳しくはたべてん便受注センターまで！
☎0120-014-899

新登場!

ご飯企画

岡山県産こしひかりを使用、おかずコースに合わせてぜひご利用ください。

ご飯(小)

◆150g ◆238kcal

168円 (税込8%
181円)

ご飯(大)

◆180g ◆284kcal

188円 (税込8%
203円)

おかず4品、おかず7品、なごみおかずコースとセットでの
ご注文になります。単品でのご注文はできません。



※写真は180gです。

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10日 (月)	牛焼肉 エビとチンゲン菜の炒め物 ミートスパゲティ 大根の甘酢漬け	熱量 386 kcal 蛋白質 12 g 脂質 28 g 炭水化物 23 g カルシウム 67 mg 食塩相当量 3.2 g	酢酸(Na)、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、グリシン、調味料(有機酸等)、pH調整剤、酸味料、酵素、ショ糖エステル、塩化Ca、着色料(カラメル)、加工でん粉、酸化防止剤(エリソルビン酸Na)、香料、環状オリゴ糖、酒精、乳化剤、(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・ゼラチンを含む)
8月11日 (火)	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	
8月12日 (水)	鶏肉の照り焼き コーン入りさつまあげの煮物 卵の花とひじきの和え物 春雨の酢の物	熱量 372 kcal 蛋白質 19 g 脂質 16 g 炭水化物 28 g カルシウム 42 mg 食塩相当量 1.1 g	糊料(加工でん粉、CMC)、酢酸(Na)、調味料(アミノ酸等)、グリシン、酸味料、着色料(カラメル)、酒精、ミョウバン、水酸化Ca、酵素、ショ糖エステル、酸化防止剤(V、C)、pH調整剤、(一部に小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・りんごを含む)
8月13日 (木)	アジのみそ風味焼き 鶏つくねのきのこソースがけ ピーマンともやしの炒め物 白菜人参サラダ	熱量 329 kcal 蛋白質 19 g 脂質 17 g 炭水化物 22 g カルシウム 72 mg 食塩相当量 3.3 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)、凝固剤、酒精、pH調整剤、酸味料、酵素、ショ糖エステル、酸化防止剤(V、C、エリソルビン酸Na)、香辛料、環状オリゴ糖、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)
8月14日 (金)	とんかつ トマトソースオムレツ 大根の照り焼き風煮 タラモサラダ	熱量 333 kcal 蛋白質 10 g 脂質 18 g 炭水化物 29 g カルシウム 28 mg 食塩相当量 2.2 g	加工でん粉、糊料(加工でん粉、増粘多糖類)、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、酵素、カゼインNa、酢酸(Na)、酸化防止剤(V、C)、ポリリン酸Na、グリシン、ソルビット、着色料(カラメル、紅麹、カロチノイド、V、B2)、二酸化ケイ素、ショ糖エステル、酸味料、香辛料、酒精、発色剤(亜硝酸Na)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・豚肉・りんごを含む)

【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。