

★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)

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。

ご飯(大)

◆180g ◆284kcal

188円 (税込8% 203円)



※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
9月21日 (月)	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	
9月22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	
9月23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	
9月24日 (木)	白身魚とエリンギの和風仕立て じゃがいものそぼろあん たらこスパゲティ 白菜のわさびチーズマヨネーズ	熱量 370 kcal 蛋白質 13 g 脂質 19 g 炭水化物 37 g カルシウム 31 mg 食塩相当量 2.9 g	増粘剤（加工澱粉、増粘多糖類）、酢酸（Na）、調味料（アミノ酸等）、グリシン、酒精、甘味料（ソルビット、カンゾウ）、膨脹剤、ソルビット、乳化剤、pH調整剤、酵素、ショ糖エステル、環状オリゴ糖、着色料（クチナシ、V、B2）、香料、酸化防止剤（エリソルビン酸Na）、酸味料、香辛料、V、C、（一部に小麦・卵・乳成分・オレンジ・ごま・さば・大豆・鶏肉を含む）
9月25日 (金)	豚の和風玉ねぎソース和え 豆腐とカニカマの玉子とじ 椎茸の旨煮 わかめの柑橘ドレッシング和え	熱量 352 kcal 蛋白質 11 g 脂質 22 g 炭水化物 23 g カルシウム 58 mg 食塩相当量 2.4 g	糊料（加工でん粉、増粘多糖類）、酢酸（Na）、加工でん粉、グリシン、調味料（アミノ酸等）、凝固剤、酒精、pH調整剤、酵素、ショ糖エステル、貝Ca、着色料（カロチノイド）、酸化防止剤（V、C、エリソルビン酸Na）、酸味料、香辛料、香料、環状オリゴ糖、（一部にえび・かに・小麦・卵・乳成分・オレンジ・さば・大豆・豚肉・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。