

おかやまコープ たべてん便 献立表【おかず7品コース】

日 付	献 立	食品成分	原材料アレルギー表示
8月4日 (月)	さばの塩焼き 大根のそぼろ炒め みそソースシューマイ キャベツとマッシュルームのソテー ビーフンのマヨサラダ 小松菜のからし和え 野沢菜昆布	熱量 370kcal 蛋白質 11g 脂質 16g 炭水化物 44g カルシウム 25mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、グリシン、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、pH調整剤 (一部に卵・小麦・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
8月5日 (火)	鶏のから揚げたまねぎ酢かけ 牛蒡の炒め煮 野菜角煮のすき焼き風 オクラと切干大根のナムル 茄子と玉葱の酢の物 もやしのピーナツ和え 味付きめかぶ	熱量 413kcal 蛋白質 11g 脂質 19g 炭水化物 47g カルシウム 102mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクロース)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、膨張剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、加工澱粉、酒精、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉を含む)
8月6日 (水)	白身しんじょの甘酢あんかけ しらたきのポン酢炒め 春巻き 蓮根とエリンギのソテー カリフラワーのフレンチサラダ 素麺の青じそ和え しばなめこ	熱量 375kcal 蛋白質 8g 脂質 16g 炭水化物 49g カルシウム 40mg 食塩相当量 3.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、甘味料(ステビア、ソルビット、甘草)、漂白剤(亜硫酸Na)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、水酸化Ca、ヨウバン、加工澱粉、貝Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉を含む)
8月7日 (木)	豚肉の冷しゃぶ風 スパゲティのバターピースソテー かぼちゃとツナの炒り煮 きくらげのソース炒め クリーミーエッグ 春雨のわさび和え うぐいす豆	熱量 409kcal 蛋白質 15g 脂質 17g 炭水化物 46g カルシウム 44mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、塩化Ca、加工澱粉、酒精、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
8月8日 (金)	白身梅しそフライ コンニャクのチョレギ炒め ペンのインディアンソテー 菜の花と昆布の炒め煮 インゲンのおかか和え ポテトサラダ 福神漬	熱量 385kcal 蛋白質 10g 脂質 16g 炭水化物 48g カルシウム 89mg 食塩相当量 3.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、V. B1、香辛料抽出物、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)

【ご注意ください】 別添付の調味料の小袋が有る場合、電子レンジにかける前に取出し、端材・キャップにご注意ください。

※原材料不足の為、献立を変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。

たべてん便のお問い合わせは、たべてん便受注センター 0120-014-899

月～金 受付時間9:00～17:00まで お気軽にお問合せください。