

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
11月24日 (月)	お届けはお休みに なります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	
11月25日 (火)	野菜コロッケ 蓮根のケチャップソテー 湯豆腐 カリフラワーの炒め煮 ビーフンとツナの中華和え レタスの海藻サラダ 福神なめこ	熱量 402kcal 蛋白質 10g 脂質 18g 炭水化物 48g カルシウム 129mg 食塩相当量 3.6g	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)、漂白剤(次亜硫酸Na)、酸化防止剤(V.C.、V.E.、ローズマリー抽出物)、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、豆腐用凝固剤、ミョウバン、酢酸、pH調整剤(一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・さばを含む)
11月26日 (水)	メバルの塩焼き 大根のそぼろ煮 春巻き しらたきのポン酢炒め チンゲン菜の舞茸和え 牛蒡のタルタルサラダ うずら豆	熱量 362kcal 蛋白質 11g 脂質 16g 炭水化物 41g カルシウム 43mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、甘味料(スクラロース、ステビア、甘草)、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、V. B1、水酸化Na、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、次亜塩素酸Na、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
11月27日 (木)	豚肉の焼き肉風 ウインナーのスパゲティソテー がんもの煮物 いんげんの酢の物 もやしのごま和え ブロッコリーのフレンチサラダ 野沢菜昆布	熱量 432kcal 蛋白質 16g 脂質 19g 炭水化物 47g カルシウム 28mg 食塩相当量 2.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、リン酸塩Na、V. B1、グリシン、酵素、酒精、酢酸Na、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・もも・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
11月28日 (金)	かに玉きのこあん こんにゃくチャプチェ じゃが芋の煮物 椎茸と春雨のソテー 小松菜のからし和え かぼちゃのサラダ 味付きめかぶ	熱量 372kcal 蛋白質 9g 脂質 16g 炭水化物 46g カルシウム 65mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素、カラメル色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、水酸化Ca、炭酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・か・大豆・ごまを含む)

【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。