

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
12月8日 (月)	<p>タラフライ 春雨のシャンタンソテー 肉団子のケチャップ煮 大根と椎茸の炒め物 ブロッコリーのからし和え あおさポテトサラダ 桜漬け</p>	<p>熱量 401kcal 蛋白質 10g 脂質 19g 炭水化物 48g カルシウム 28mg 食塩相当量 2.5g</p>	<p>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(スクロース、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、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)</p>
12月9日 (火)	<p>肉シューマイ きんぴらごぼう マカロニとほうれん草のコンソメ煮 パプリカのナムル 根菜サラダ しらたきのピーナッツ和え 金時豆</p>	<p>熱量 390kcal 蛋白質 10g 脂質 17g 炭水化物 47g カルシウム 68mg 食塩相当量 2.9g</p>	<p>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)、酸化防止剤(V.E.)、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Ca、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)</p>
12月10日 (水)	<p>おろし醤油かに玉 チンゲン菜と高野の煮物 野菜コロッケ かぼちゃとコーンのバターソテー 大豆の中華和え くずきりのフレンチサラダ 福神なめこ</p>	<p>熱量 384kcal 蛋白質 10g 脂質 18g 炭水化物 43g カルシウム 50mg 食塩相当量 2.6g</p>	<p>調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、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、V. B1、加工澱粉、酒精、酢酸、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・か・大豆・ごま・ゼラチンを含む)</p>
12月11日 (木)	<p>ミンチカツ 切干煮 じゃがバター カリフラワーのマリネ ほうれん草と椎茸の煮物 スパゲティサラダ きょうろつく</p>	<p>熱量 426kcal 蛋白質 11g 脂質 19g 炭水化物 50g カルシウム 144mg 食塩相当量 3.1g</p>	<p>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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、アルギニン、加工澱粉、香辛料抽出物、次亜塩素酸Na、酒精、塩化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・鶏肉・牛肉を含む)</p>
12月12日 (金)	<p>メルルーサの塩焼き ビーフンチャプチェ 豆腐田楽 インゲンのみそ炒め煮 もやしとコーンのサラダ 小松菜の錦糸和え のり佃煮</p>	<p>熱量 364kcal 蛋白質 12g 脂質 14g 炭水化物 46g カルシウム 55mg 食塩相当量 2.6g</p>	<p>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、リン酸塩Na、V. B1、香辛料抽出物、酒精、加工澱粉、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・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)</p>

【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。