

# 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	原材料アレルゲン表示
1月26日 (月)	肉団子の南部焼 野菜かき揚げ ツイストマカロニのインディアンソテー チンゲン菜と椎茸のごま炒め 春雨の中華和え インゲンのフレンチサラダ 水菜ザーサイ	熱量 391kcal 蛋白質 13g 脂質 18g 炭水化物 43g カルシウム 70mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(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、膨張剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、加工澱粉、酢酸、乳酸Ca、pH調整剤(一部に卵・小麦・大豆・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
1月27日 (火)	カニクリームコロッケ くず切りチャップチエ ひじきのしその実炒め ブロッコリーのナムル もやしのからし和え 卵サラダ 黒豆	熱量 403kcal 蛋白質 11g 脂質 20g 炭水化物 44g カルシウム 62mg 食塩相当量 2.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(アトロ色素、カラメル色素、紅麹)、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、グリシン、ソルビット、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・エビ・カニ・大豆・ごま・さば・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
1月28日 (水)	ハンバーグ じゃがコーンソテー 茶碗蒸し風 こんにゃくの鶏がら炒め ほうれん草のピーナッツ和え ポテトサラダ たくあん	熱量 386kcal 蛋白質 14g 脂質 17g 炭水化物 42g カルシウム 115mg 食塩相当量 3.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、V.B2、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、リン酸塩Na、安定剤、V. B1、トレハロース、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酒精、水酸化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・さば・りんご・鶏肉・豚肉を含む)
1月29日 (木)	ホッケの塩焼き けんちん煮 ちくわの天ぷら 大根とさつま揚げの炒め煮 きくらげのごま醤油和え ビーフンのからしマヨサラダ 昆布佃煮	熱量 371kcal 蛋白質 14g 脂質 16g 炭水化物 40g カルシウム 44mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、キシロース、ソルビット、トレハロース、加工澱粉、香辛料抽出物、酢酸、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・
1月30日 (金)	ミニカツたまねぎ酢かけ たまごロール 高野の煮物 ペンネのソースソテー かぼちゃののり和え 牛蒡のシーザーサラダ らっきょう漬け	熱量 413kcal 蛋白質 13g 脂質 21g 炭水化物 42g カルシウム 60mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、カラメル色素)、保存料(ポリリン)、甘味料(アセスルファムK、ステビア、ソルビット、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、酒精、乳酸Ca、塩化Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・りんご・鶏肉・牛肉を含む)

【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り出し、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。