

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
2月2日 (月)	豆腐しんじょのきのこあんかけ インゲンのケチャップソテー 里芋煮 春雨の炒め煮 あおさポテトサラダ ブロッコリーのからし和え 酢味噌ゆば風こんにゃく	熱量 364kcal 蛋白質 10g 脂質 14g 炭水化物 48g カルシウム 23mg 食塩相当量 2.3g	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、香料、V. B1、トレハロース、加工澱粉、貝Ca、酵素、香辛料抽出物、次亜塩素酸Na、酒精、水酸化Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごまを含む)
2月3日 (火)	野菜コロッケ くずきりのバターソテー 湯豆腐 カリフラワーの酢の物 チンゲン菜の和え物 牛蒡のタルタルサラダ 福神なめこ	熱量 395kcal 蛋白質 11g 脂質 18g 炭水化物 46g カルシウム 57mg 食塩相当量 2.4g	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(スクロース、ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.、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、豆腐用凝固剤、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・さば・豚肉・牛肉を含む)
2月4日 (水)	あじの塩焼き こんにゃくの油炒め わかめと高野の煮物 かぼちゃのカレーソテー パプリカのナムル 小松菜の錦糸和え うずら豆	熱量 393kcal 蛋白質 14g 脂質 14g 炭水化物 50g カルシウム 61mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(キサンタンガム)、酸味料、リン酸塩Na、V. B1、酒精、重曹、水酸化Ca、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・鶏肉・豚肉を含む)
2月5日 (木)	豚肉の焼き肉風 切干大根の炒め煮 じゃがバター マカロニのコンソメ煮 大豆の中華和え 根菜サラダ つぼ漬け	熱量 392kcal 蛋白質 16g 脂質 15g 炭水化物 47g カルシウム 111mg 食塩相当量 2.5g	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、乳化剤、香料、V. B1、塩化Mg、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、酢酸、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・もも・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
2月6日 (金)	タラフライ スペゲティソテー 肉団子のケチャップ煮 蓮根のみそ炒め もやしのマヨサラダ しらたきのごま和え のり佃煮	熱量 414kcal 蛋白質 13g 脂質 18g 炭水化物 49g カルシウム 53mg 食塩相当量 2.7g	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(スクロース、ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸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、リン酸塩Na、V. B1、水酸化Ca、ヨウ化ナトリウム、加工澱粉、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・セラチン・鶏肉を含む)

【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。