

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
3月30日 (月)	豆腐しんじょのきのこあんかけ けんちん煮 里芋の煮っころがし 春雨の中華ソテー ポテトサラダ 小松菜のピーナッツ和え 酢みそゆば風こんにやく	熱量 360kcal 蛋白質 10g 脂質 119g 炭水化物 44g カルシウム 92mg 食塩相当量 2.7g	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.C.、V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、V. B1、豆腐用凝固剤、トレハロース、加工澱粉、貝Ca、香辛料抽出物、次亜塩素酸Na、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・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
3月31日 (火)	コロッケ 角こんにやくの油炒め煮 高野の煮物 カリフラワーの酢の物 白菜のしその実和え ペンネとピーマンのフレンチサラダ つぼ漬け	熱量 392kcal 蛋白質 11g 脂質 17g 炭水化物 49g カルシウム 65mg 食塩相当量 2.6g	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)、酸味料、香料、V. B1、水酸化Ca、ソルビット、酒精、重曹、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月1日 (水)	さわらの塩焼き ウインナーとビーフンのソテー 肉団子のケチャップ煮 かぼちゃとカニかまの炒め物 大豆の中華和え 牛蒡のタルタルサラダ うずら豆	熱量 366kcal 蛋白質 14g 脂質 14g 炭水化物 43g カルシウム 36mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、紅麴)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(スクロース、ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.、ローズマリー抽出物、V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、リン酸塩Na、V. B1、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酢酸、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
4月2日 (木)	豚肉のバーベキューソテー キャベツのソース炒め じゃがバター マカロニとチンゲン菜のコンソメ煮 もやしのサウザンサラダ しらたきと錦糸の和え物 福神なめこ	熱量 371kcal 蛋白質 12g 脂質 15g 炭水化物 44g カルシウム 53mg 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)、酸化防止剤(V.E.、ローズマリー抽出物、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、くん液、香辛料抽出物、酒精、酢酸、加工澱粉、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
4月3日 (金)	タラフライ スパゲティーとオクラのソテー ひじきと椎茸の煮物 しめじと大根の炒め物 パプリカのナムル ブロッコリーのしば和え わさび菜お浸し	熱量 413kcal 蛋白質 12g 脂質 18g 炭水化物 50g カルシウム 54mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(スクロース、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、香料、V. B1、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・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。