

# 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
4月6日 (月)	お好みソースチキン竜田 レンコンのマヨソテー 野菜角煮の煮物 ブロッコリーのナムル 小松菜の青じそ和え こんにゃくのイタリアンサラダ きのこ煮	熱量 389kcal 蛋白質 11g 脂質 17g 炭水化物 48g カルシウム 27mg 食塩相当量 2.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素)、甘味料(スクラロース)、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、膨張剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、ポリリン酸Na、ミウバン、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤 (一部に卵・小麦・大豆・ごま・さば・りんご・もも・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
4月7日 (火)	ホッケの塩焼き 白菜の信田煮 揚げ餃子 インゲンのバターソテー 二色キャベツのフレンチサラダ くずきりのからし和え 桜漬け	熱量 361kcal 蛋白質 10g 脂質 15g 炭水化物 45g カルシウム 37mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド)、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、塩化Mg、加工澱粉、香辛料抽出物、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
4月8日 (水)	サイコロハムのソース炒め マカロニとマッシュルームのソテー がんもの煮物 大根と椎茸の炒め物 カリフラワーのポン酢和え きくらげのシーザーサラダ 黒豆	熱量 441kcal 蛋白質 15g 脂質 26g 炭水化物 40g カルシウム 47mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(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、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・さば・セラチン・鶏肉・牛肉を含む)
4月9日 (木)	いかミンチカツ じゃが芋のしその実炒め ごぼコーンソテー 大豆と昆布の煮物 ピーマンとカニかまのサラダ ほうれん草のおかか和え オクラと湯葉のお浸し	熱量 385kcal 蛋白質 10g 脂質 18g 炭水化物 43g カルシウム 74mg 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、紅麹)、甘味料(スクラロース、ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸Na)、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、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、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・イカ・ごまを含む)
4月10日 (金)	ハンバーグ 味付出し巻き玉子 椎茸と高野の炒め煮 里芋とふきの煮物 素麺の錦糸和え かぼちゃのサウザンサラダ しば漬け	熱量 368kcal 蛋白質 14g 脂質 16g 炭水化物 39g カルシウム 98mg 食塩相当量 3.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素、ココア)、甘味料(ステビア、ソルビット、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、香料、リン酸塩Na、V. B1、安定剤、くん液、ソルビット、トハラコース、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉・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出し、端材・キャップにご確認ください。

※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。