

# 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13日 (月)	海老しんじょの天ぷら 牛蒡のバターソテー 茶碗蒸し風 マカロニのツナ炒め カリフラワーのシーザーサラダ 春雨の酢の物 のりなめこ	熱量 391kcal 蛋白質 11g 脂質 18g 炭水化物 45g カルシウム 70mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト、紅麴)、甘味料(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、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、グリシン、くん液、トハラース、加工澱粉、貝Ca、香辛料抽出物、酒精、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・エビ・大豆・ごま・さば・豚肉・牛肉を含む)
4月14日 (火)	鶏肉の南部焼 こんにゃくの炒め煮 ひじきの油炒め ブロッコリーのソテー スパゲティサラダ 白菜とエリンギのわさび和え たくあん	熱量 360kcal 蛋白質 12g 脂質 13g 炭水化物 46g カルシウム 61mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(V. B2、カチノイト)、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、香辛料抽出物、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
4月15日 (水)	メバルの塩焼き 切干とグリーンピースのソテー 春巻き 揚げ茄子の煮浸し 小松菜のポン酢マヨサラダ じゃが芋のしば和え うぐいす豆	熱量 371kcal 蛋白質 13g 脂質 15g 炭水化物 43g カルシウム 108mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト、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、乳化剤、V. B1、ソルビット、加工澱粉、乳酸Ca、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16日 (木)	ごぼうミンチカツ 麻婆大根 かぼちゃのシャンタンソテー 団子焼き ほうれん草のピーナッツ和え 蓮根の青じそサラダ ピリ辛こんにゃく	熱量 381kcal 蛋白質 10g 脂質 19g 炭水化物 41g カルシウム 77mg 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(スクラロース、ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸Na)、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、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、アルギニン、ミウバン、加工澱粉、酒精、塩化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月17日 (金)	かにシューマイ チンゲン菜と椎茸のごま炒め インゲンとしらたきの煮物 きくらげとウインナーのソテー オニオンサラダ 菜の花のおろし醤油和え 福神オクラ	熱量 369kcal 蛋白質 8g 脂質 15g 炭水化物 50g カルシウム 41mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、紅麴)、発色剤(亜硝酸Na)、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、リン酸塩Na、V. B1、水酸化Ca、酵素、酢酸、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)

【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。