

# 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20日 (月)	鶏のから揚げ ちくわと春雨のきんぴら ペンの中華煮 うの花炒り煮 しらたきのナムル 卵サラダ つぼ漬け	熱量 389kcal 蛋白質 14g 脂質 18g 炭水化物 43g カルシウム 34mg 食塩相当量 3.1g	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、V. B1、水酸化Ca、グリシン、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・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月21日 (火)	さわら塩焼き 麩とチンゲン菜の煮物 野菜コロッケ 大根とマッシュルームの炒め物 インゲンとザーサイのポン酢和え きくらげのマヨサラダ 黒豆	熱量 375kcal 蛋白質 12g 脂質 15g 炭水化物 46g カルシウム 21mg 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、乳化剤、V. B1、塩化Ca、加工澱粉、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)
4月22日 (水)	牛肉のすき焼き風 椎茸と高野の煮物 揚げ餃子 ブロッコリーの中華炒め もろきゅう ピーマンとかにかまのサラダ 昆布佃煮	熱量 393kcal 蛋白質 12g 脂質 19g 炭水化物 41g カルシウム 52mg 食塩相当量 3.3g	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)、保存料(ソルビン酸K)、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、香料、V. B1、水酸化Ca、ソルビット、加工澱粉、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・かき・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月23日 (木)	あじフライ ミニオムレツ ビーフソテー 牛蒡のしその実炒め もやしと人参ののり和え ポテトサラダ 甘酢らっきょう	熱量 365kcal 蛋白質 9g 脂質 16g 炭水化物 41g カルシウム 45mg 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(スクラロース、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、ソルビット、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・大豆を含む)
4月24日 (金)	煮込みハンバーグ こんにゃくとしめじの煮物 くずきりの油炒め キャベツのソースソテー ほうれん草のマリネ ツイストマカロニのごまサラダ 野沢菜なめこ	熱量 376kcal 蛋白質 10g 脂質 15g 炭水化物 48g カルシウム 80mg 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)、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、香辛料抽出物、次亜塩素酸Na、酒精、水酸化Ca、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・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。