

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
5月18日 (月)	南蛮肉団子 大根とエリンギのソテー お麩の炒め煮 チンゲン菜と揚げの煮物 カリフラワーのマリネ マカロニサラダ らっきょう漬け	熱量 371kcal 蛋白質 10g 脂質 16g 炭水化物 45g カルシウム 32mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(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、V. B1、塩化Mg、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・鶏肉を含む)
5月19日 (火)	いわし磯辺フライ けんちん煮 蓮根と人参の炒め物 ひじきの炒め煮 牛蒡のシーザーサラダ 素麺サラダ 昆布豆	熱量 416kcal 蛋白質 15g 脂質 18g 炭水化物 46g カルシウム 106mg 食塩相当量 3.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド)、保存料(ホリジン)、甘味料(アセルフアムK、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、リン酸塩Na、V. B1、豆腐用凝固剤、ソルビット、香辛料抽出物、酒精、加工澱粉、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
5月20日 (水)	鶏肉の南部焼 切干きんぴら 揚げ海老シューマイ きくらげの白湯ソテー ビーフとなめこのサラダ 小松菜のからし和え たくあん	熱量 388kcal 蛋白質 15g 脂質 15g 炭水化物 46g カルシウム 155mg 食塩相当量 3.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(V. B2、カロチノイド、カラメル色素、紅麴)、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、V. B1、香辛料抽出物、酢酸、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・E6・カニ・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
5月21日 (木)	メバルの塩焼き くずきりの油煮 焼き豆腐の田楽 しらたきのナムル ピーマンのごま和え 菜の花ポン酢マヨサラダ のり佃煮	熱量 364kcal 蛋白質 11g 脂質 13g 炭水化物 49g カルシウム 68mg 食塩相当量 2.7g	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)、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、水酸化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)
5月22日 (金)	お好みソースミンチカツ 麻婆なす インゲンの鶏がら炒め かぼちゃのバターソテー 根菜サラダ こんにゃくのわさび和え 水菜ザーサイ	熱量 394kcal 蛋白質 8g 脂質 20g 炭水化物 43g カルシウム 36mg 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)、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、V. B1、アルギニン、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、水酸化Ca、乳酸Ca、塩化Ca、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)

【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。