

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
6月1日 (月)	お好みソースチキンカツ 蓮根の油煮 椎茸と高野の炒め煮 小松菜のナムル 素麺の錦糸和え こんにゃくのイタリアンサラダ 味付きのこ	熱量 414kcal 蛋白質 14g 脂質 19g 炭水化物 44g カルシウム 47mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト)、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、リン酸塩Na、V. B1、グリシン、酒精、重曹、酢酸、水酸化Ca、加工澱粉、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・もも・りんご・鶏肉・豚肉を含む)
6月2日 (火)	あじの塩焼き 白菜の信田煮 揚げ餃子 インゲンのごま炒め オクラときくらげのシーザーサラダ 二色キャベツのわさび和え 桜漬け	熱量 360kcal 蛋白質 11g 脂質 15g 炭水化物 43g カルシウム 50mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト)、保存料(ポリリン)、甘味料(アセルフアム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、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・鶏肉・豚肉を含む)
6月3日 (水)	サイコロハムの生姜焼き マカロニとマッシュルームのソテー がんもの煮物 大根チャプチェ ほうれん草のおかか和え カリフラワーのポン酢マヨサラダ 黒豆	熱量 434kcal 蛋白質 16g 脂質 23g 炭水化物 38g カルシウム 55mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト)、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、V. B1、加工澱粉、酵素、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・オレンジ・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・牛肉を含む)
6月4日 (木)	いかの彩野菜ミンチカツ じゃがコーンソテー 木綿豆腐の冷奴 椎茸とふきの煮物 ピーマンのかにかまサラダ くずきりのからし和え もずく酢	熱量 368kcal 蛋白質 9g 脂質 17g 炭水化物 43g カルシウム 52mg 食塩相当量 2.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト、紅麹)、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、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、酢酸、炭酸Ca、乳酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・か・大豆・か・ごま・さばを含む)
6月5日 (金)	煮込みハンバーグ たまごロール きんぴらごぼう ブロッコリーのマリネ チンゲン菜の青じそ和え かぼちゃのサウザンサラダ しば漬け	熱量 390kcal 蛋白質 10g 脂質 16g 炭水化物 49g カルシウム 38mg 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)、甘味料(スクロース、ステビア、ソルビット、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、リン酸塩Na、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。