

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29日 (月)	チキン竜田 キャベツと椎茸の煮物 じゃがバター かぼちゃのしその実炒め チンゲン菜のわさび和え 根菜サラダ 水菜ザーサイ	熱量 396kcal 蛋白質 10g 脂質 18g 炭水化物 46g カルシウム 51mg 食塩相当量 2.3g	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(スクラロース、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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、ソルビット、ポリリン酸Na、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、乳酸Ca、塩化Mg、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)
6月30日 (火)	あじの塩焼き 切干チャブチェ シューマイ ほうれん草のお浸し スパゲティーサラダ インゲンとわかめの中華和え つぼ漬け	熱量 380kcal 蛋白質 13g 脂質 15g 炭水化物 45g カルシウム 142mg 食塩相当量 2.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(紅麴、ラック色素)、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、加工澱粉、香辛料抽出物、酢酸、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
7月1日 (水)	ハンバーグ ツイストマカロニのインディアンソテー 野菜コロッケ もやしの酢の物 菜の花のおろし醤油和え 大根のサウザンサラダ 昆布豆	熱量 413kcal 蛋白質 15g 脂質 16g 炭水化物 50g カルシウム 75mg 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、乳化剤、リン酸塩Na、V. B1、安定剤(増粘多糖類)、くん液、ソルビット、トハラース、加工澱粉、pH調整剤 (一部に卵・小麦・大豆・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
7月2日 (木)	いかミンチフライ くずきりの油炒め だし醤油厚揚げ焼き きくらげのマリネ 三色こんにゃくのゆかり和え 卵サラダ わさび菜お浸し	熱量 383kcal 蛋白質 10g 脂質 17g 炭水化物 45g カルシウム 59mg 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)、保存料(ソルビン酸K)、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、香料、V. B1、グリシン、トハラース、加工澱粉、香辛料抽出物、酢酸Na、水酸化Ca、香辛料抽出物、塩化Mg、硫酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・さば・りんごを含む)
7月3日 (金)	鶏肉の南部焼 たまごロール うの花炒り煮 ブロッコリーのナムル 小松菜のからし和え しらたきのサラダ しば漬け	熱量 360kcal 蛋白質 14g 脂質 13g 炭水化物 44g カルシウム 70mg 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)、甘味料(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、香料、V. B1、水酸化Ca、塩化Mg、ソルビット、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・セラチン・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。