

# 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
7月13日 (月)	南蛮肉団子 けんちん炒め お麩の炒め煮 ビーフのみそナムル チンゲン菜と揚げの酢の物 素麺サラダ 甘酢らっきょう	熱量 406kcal 蛋白質 12g 脂質 16g 炭水化物 51g カルシウム 24mg 食塩相当量 3.4g	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、スクラロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、リン酸塩Na、V. B1、豆腐用凝固剤、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・豚肉を含む)
7月14日 (火)	いわし磯辺フライ 大根のしその実炒め こんにやくと人参の煮物 ひじきの中華ソテー 牛蒡と椎茸のごま和え あおさまカロニサラダ 昆布豆	熱量 365kcal 蛋白質 11g 脂質 15g 炭水化物 44g カルシウム 75mg 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、香辛料抽出物、酒精、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
7月15日 (水)	牛肉のスタミナ焼き くずきりの油炒め 海老シューマイ 蓮根の炒め煮 ピーマンのからし和え もやしのサラダ たくあん	熱量 398kcal 蛋白質 8g 脂質 21g 炭水化物 42g カルシウム 29mg 食塩相当量 2.5g	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)、漂白剤(次亜硫酸Na)、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、リン酸塩Na、V. B1、ミョウバン、香辛料抽出物、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・E6・Ca・大豆・ごま・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
7月16日 (木)	メバルの塩焼き 切干煮 冷やし焼き豆腐田楽 かぼちゃのバターソテー カリフラワーのマリネ しらたきとザーサイのポン酢和え 昆布佃煮	熱量 361kcal 蛋白質 13g 脂質 13g 炭水化物 46g カルシウム 142mg 食塩相当量 3.2g	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)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、水酸化Ca、ソルビット、塩化Ca、酒精、香辛料抽出物、pH調整剤 (一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・りんごを含む)
7月17日 (金)	ミンチカツ 麻婆春雨 インゲンの鶏がら炒め じゃがコーンソテー 菜の花のしょうゆマヨサラダ ゆば風こんにやくの酢味噌和え きやらつく	熱量 386kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 45g カルシウム 41mg 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、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、トレハロース、塩化Ca、加工澱粉、酒精、水酸化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。