

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
8月3日 (月)	魷魷海老シューマイ 青菜のごま炒め 冷やし茶碗蒸し風 焼き豆腐の煮物 くずきりのわさび和え カリフラワーのシーザーサラダ なめこのり	熱量 389kcal 蛋白質 10g 脂質 17g 炭水化物 46g カルシウム 51mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、紅麹)、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、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、くん液、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
8月4日 (火)	味噌ソースミンチカツ 麻婆ビーフン かぼちゃのシャンタンソテー 素揚げ茄子の煮浸し もやしとわかめの酢の物 スパゲティサラダ 福神漬け	熱量 421kcal 蛋白質 11g 脂質 20g 炭水化物 49g カルシウム 27mg 食塩相当量 2.9g	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)、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、塩化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・牛肉を含む)
8月5日 (水)	メバルの塩焼き こんにゃくの油炒め 春巻き マカロニのツナ炒め ポテトサラダ ほうれん草のピーナッツ和え たくあん	熱量 366kcal 蛋白質 15g 脂質 15g 炭水化物 41g カルシウム 72mg 食塩相当量 2.4g	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)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、V. B1、ソルビット、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・鶏肉を含む)
8月6日 (木)	肉団子のソース炒め 野菜のかき揚げ 大根の炒め煮 ブロッコリーのソテー もろきゅう 牛蒡のしその実和え うぐいす豆	熱量 371kcal 蛋白質 10g 脂質 49g 炭水化物 45g カルシウム 54mg 食塩相当量 2.6g	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(ソルビン酸)、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、膨張剤、香料、塩化Mg、V. B1、ソルビット、加工澱粉、酒精、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉を含む)
8月7日 (金)	かに玉の天ぷら 切干とコーンのソテー ひじきの油炒め きくらげとウインナーのソテー じゃが芋のごま和え うまい菜のポン酢マヨサラダ もずく酢	熱量 396kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 47g カルシウム 156mg 食塩相当量 2.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素、紅麹)、発色剤(亜硝酸Na)、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、リン酸塩Na、V. B1、トレハロース、加工澱粉、酵素、酒精、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・カニ・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。