

おかやまコープ たべてん便 献立表【おかずコース】

日付	献立	食品成分	原材料アレルギー表示
9月14日 (月)	たこキャベツフライ(ウスターソース別添) マカロニとマッシュルームのソテー しらたきのおかか煮 さつま揚げときくらげの炒め物 小松菜のしば和え 菜の花のイタリアンサラダ ゆずもずく	熱量 385kcal 蛋白質 11g 脂質 14g 炭水化物 51g カルシウム 134mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘多糖類、酒精、グリシン、ソルビット、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、炭酸Ca、水酸化Ca、酸味料、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・りんごを含む)
9月15日 (火)	牛肉の焼き肉風 くずきりの中華炒め 里芋のごま煮 肉団子の甘辛焼き いんげんのわさび和え ブロッコリーのドレッシングサラダ うぐいす豆	熱量 405kcal 蛋白質 11g 脂質 21g 炭水化物 40g カルシウム 63mg 食塩相当量 1.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工澱粉、増粘多糖類)、グリシン、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、乳酸Ca、酸味料、香料、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉・りんご・ゼラチンを含む)
9月16日 (水)	ぶりの照焼き けんちん煮 海老しんじょの天ぷら 白菜の炒め物 かぼちゃサラダ 枝豆のポン酢和え 高菜漬け	熱量 380kcal 蛋白質 18g 脂質 19g 炭水化物 33g カルシウム 146mg 食塩相当量 3.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(ウコン、カラメル、カロチノイド、紅麴)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工澱粉、増粘多糖類)、加工澱粉、グリシン、ソルビトール、トレハロース、V. B1、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、豆腐用凝固剤、水酸化Ca、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・えび・大豆・ごま・豚肉を含む)
9月17日 (木)	ポン酢豚シューマイ揚げ たまごロール ベーコンとビーフンのソテー チンゲン菜のおかか煮 もやしと油揚げの和え物 さつま芋サラダ 胡瓜の塩もみ	熱量 430kcal 蛋白質 10g 脂質 22g 炭水化物 44g カルシウム 80mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチン、カラメル)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ソルビトール、ステビア、甘草)、酸化防止剤(V. C)、増粘多糖類、酒精、グリシン、V. B1、リン酸塩(Na)、加工澱粉、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、酸味料、香料、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
9月18日 (金)	白身魚の味噌煮 巾着の炊き合わせ 蓮根天ぷら 昆布の煮物 春雨のシーザーサラダ 二色キャベツのからし和え きのこ煮	熱量 375kcal 蛋白質 17g 脂質 13g 炭水化物 44g カルシウム 82mg 食塩相当量 3.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V. C)、増粘多糖類、加工澱粉、酒精、グリシン、グリセリン脂肪酸エステル、くん液、トレハロース、V. B1、ミョウバン、メタリン酸Na、香辛料抽出物、炭酸Ca、乳酸Ca、豆腐用凝固剤、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さばを含む)

【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り出してください。

※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。