

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
4月15日 (月)	豆腐ハンバーグ ミニオムレツ がんもの含め煮 かぼちゃのツナ炒め 春雨とかにかまの和え物 小松菜のフレンチサラダ 甘酢ゆば風こんにゃく	熱量 361kcal 蛋白質 11g 脂質 17g 炭水化物 39g カルシウム 239mg 食塩相当量 2.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素、紅麴)、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)、V. B1、トハラコース、加工デンプン、貝Ca、香辛料抽出物、酒精、香料、乳化剤、豆腐用凝固剤、酸味料、pH調整剤(一部に卵・小麦・カニ・大豆・ごま・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月16日 (火)	あじフライ チンゲン菜のしその実炒め 大根の煮物 ペンのウィンナーソテー ピーマンの中華和え 根菜サラダ もろみオクラ	熱量 364kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 40g カルシウム 48mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素)、発色剤(亜硝酸Na)、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)、カゼインNa、香辛料抽出物、酒精、V. B1、加工デンプン、乳化剤、香料、凝固剤、酸味料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・豚肉・牛肉を含む)
4月17日 (水)	サイコロハムのバーベキュー焼き くずきりときざみ昆布の煮物 蒸じゃが インゲンのインディアンソテー 牛蒡の高菜和え スパゲティサラダ うずら豆	熱量 401kcal 蛋白質 8g 脂質 21g 炭水化物 43g カルシウム 79mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(ウコン、カラメル色素)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酵素、V. B1、ソルビット、加工デンプン、香辛料抽出物、酒精、酸味料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉を含む)
4月18日 (木)	赤魚の塩焼き 炊き合わせ 茶碗蒸し風 ビーフンとほうれん草の炒め物 胡瓜と長いものサラダ ひじきのわさび醤油和え たくあん	熱量 357kcal 蛋白質 12g 脂質 13g 炭水化物 45g カルシウム 54mg 食塩相当量 3.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、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)、レシチン、V. B1、酒精、グリセリン脂肪酸エステル、ソルビット、加工デンプン、重曹、炭酸Ca、香料、酸味料、豆腐凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・山芋を含む)
4月19日 (金)	チキンカツ 切干の炒め物 うの花炒り煮 白菜としらたきの炒め煮 クリーミーエッグ きくらげと揚げのごまサラダ 福神なめこ	熱量 408kcal 蛋白質 15g 脂質 20g 炭水化物 43g カルシウム 125mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、漂白剤(次亜硫酸Na)、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)、グリシン、V. B1、加工デンプン、香辛料抽出物、乳化剤、酸味料、香料、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)

【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。