

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22日 (月)	海鮮シューマイ 牛蒡の野沢菜煮 かぼちゃのごま炒め 蓮根田楽 ほうれん草のフレンチサラダ したらきの青じそ和え オクラと湯葉のおひたし	熱量 360kcal 蛋白質 7g 脂質 14g 炭水化物 49g カルシウム 62mg 食塩相当量 2.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸Na)、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、グリシン、香辛料抽出物、酒精、酸味料、香料、凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・E.C・カニ・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
4月23日 (火)	お好みソースミンチカツ ブロッコリーのしその実炒め マカロニのコンソメ煮 茄子の炒め煮 小松菜の白和え ポテトサラダ 野沢菜昆布	熱量 391kcal 蛋白質 10g 脂質 19g 炭水化物 45g カルシウム 37mg 食塩相当量 2.7g	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)、V. B1、アルギニン、酒精、グリシン、加工デンプン、塩化Ca、酢酸Na、豆腐用凝固剤、膨張剤、乳化剤、香料、酸味料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・モモ・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月24日 (水)	さわらの塩焼き 春雨とマッシュルームのソテー 春巻き 大根のじか煮 角こんにゃくのわさび和え オニオンサラダ ゆずもずく	熱量 362kcal 蛋白質 11g 脂質 15g 炭水化物 43g カルシウム 47mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、甘味料(ステビア、ソルビット、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、ソルビット、酸味料、乳化剤、香料、凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
4月25日 (木)	肉団子の白湯風 キャベツと昆布の炒め煮 高野煮 ちくわの磯辺揚げ 菜の花ピーナッツサラダ もやしのごま酢和え うずら豆	熱量 385kcal 蛋白質 15g 脂質 15g 炭水化物 46g カルシウム 185mg 食塩相当量 3.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、加チノイド色素)、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)、加工デンプン、レンチン、V. B1、酒精、グリセリン脂肪酸エステル、トハラース、重曹、炭酸Ca、酸味料、乳化剤、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月26日 (金)	いかと彩野菜のカツ くずきりのすき焼き風煮 インゲンときくらげの炒め物 ビーフンソテー 水菜の中華和え レタスの海藻サラダ 山菜のり	熱量 394kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 49g カルシウム 147mg 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、カラメル色素、銅葉緑素)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸塩)、酸化防止剤(V. C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、香辛料抽出物、V. B1、加工デンプン、酸味料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・りんご・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。