

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29日 (月)	お届けはお休みに なります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	
4月30日 (火)	かに玉天ぷら 切干大根煮 焼き餃子 もやしとマッシュルームのソテー 小松菜のからし和え ところてん ピリ辛こんにゃく	熱量 390kcal 蛋白質 7g 脂質 19g 炭水化物 45g カルシウム 137mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、加工デンプン、V. B1、酒精、ソルビット、トハラース、香辛料抽出物、水酸化Ca、炭酸Ca、膨張剤、乳化剤、酸味料、香料、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
5月1日 (水)	デミグラスハンバーグ キャベツのピーナッツソテー 高野の磯辺天ぷら 里芋の煮っころがし たたき胡瓜 スパゲティサラダ 黒豆	熱量 361kcal 蛋白質 13g 脂質 17g 炭水化物 37g カルシウム 108mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、マリーゴールド、ココア)、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、レシチン、酵素、V. B1、酒精、グリセリン脂肪酸エステル、トハラース、香辛料抽出物、重曹、乳化剤、豆腐用凝固剤、酸味料、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
5月2日 (木)	さばの塩焼き マカロニのおろし醤油炒め 木綿豆腐の冷ややっこ きくらげのバターソテー 大豆サラダ しらたきの錦糸和え しその実のり	熱量 397kcal 蛋白質 18g 脂質 16g 炭水化物 42g カルシウム 52mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素、フラボ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.、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、加工デンプン、酒精、酸味料、香料、豆腐用凝固剤、香辛料抽出物、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・りんご含む)
5月3日 (金)	お届けはお休みに なります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	

【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・キャップにご確認ください。

※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。