

# 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
5月6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	
5月7日 (火)	タルタルチキンカツ たまごロール きざみ揚げときくらげの煮物 じゃがピースソテー チンゲン菜の中華和え 菜の花のサウザンサラダ 福神わかめ	熱量 385kcal 蛋白質 14g 脂質 18g 炭水化物 40g カルシウム 46mg 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、ソルビット、甘草)、増粘剤(加工エテンフィン、増粘多糖類)、香辛料抽出物、V.B1、グリシン、加工エテンフィン、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)
5月8日 (水)	ホッケの塩焼き 麻婆大根 里芋煮 インゲンのバターソテー もやしの海藻サラダ 胡瓜のからし和え しば漬け	熱量 341kcal 蛋白質 10g 脂質 15g 炭水化物 41g カルシウム 94mg 食塩相当量 3.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(フラボノイド、カロチノイド色素、カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工エテンフィン、増粘多糖類)、V. B1、ソルビット、加工エテンフィン、香辛料抽出物、酒精、酸味料、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
5月9日 (木)	豚肉のしゃぶしゃぶ風 こんにやくチャプチェ 海老シューマイ 春雨ナムル 筍の酢味噌和え あおさポテトサラダ うぐいす豆	熱量 396kcal 蛋白質 11g 脂質 17g 炭水化物 48g カルシウム 39mg 食塩相当量 2.1g	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)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工エテンフィン、増粘多糖類)、V. B1、酒精、乳酸Ca、酸味料、凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・E1・カニ、大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
5月10日 (金)	エビクリームコロッセ マカロニのインディアンソテー 野菜角揚げ煮 キャベツのみそ炒め 茄子の煮浸し ビーフンとピーマンのサラダ 生姜高菜	熱量 388kcal 蛋白質 9g 脂質 19g 炭水化物 43g カルシウム 34mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工エテンフィン、増粘多糖類)、V. B1、加工エテンフィン、香辛料抽出物、酒精、酸味料、乳化剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・E1・カニ、大豆・セラチン・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。