

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
7月1日 (月)	エビクリームコロッケ こんにゃくのインディアンソテー 野菜角煮 もやしのナムル 茄子の生姜和え ポテトサラダ 野沢菜漬け	熱量 397kcal 蛋白質 6g 脂質 19g 炭水化物 49g カルシウム 33mg 食塩相当量 2.4g	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(加工デンプン、増粘多糖類)、乳化剤、酸味料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・りんご・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
7月2日 (火)	牛肉の焼き肉風 にゅう麺チャプチェ 菜の花の炒り煮 キャベツと舞茸のソテー かぼちゃサラダ ブロッコリーのピーナツ和え 黒豆	熱量 387kcal 蛋白質 14g 脂質 17g 炭水化物 42g カルシウム 38mg 食塩相当量 3g	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)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、V. B1、加工澱粉、次亜塩素酸Na、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・もも・りんご・セラチン・鶏肉・牛肉を含む)
7月3日 (水)	かに玉風 大根のそぼろ炒め 揚げシューマイ 蓮根の中華田楽 胡瓜のからし和え ビーフンサラダ 味付きめかぶ	熱量 364kcal 蛋白質 6g 脂質 15g 炭水化物 50g カルシウム 45mg 食塩相当量 2.6g	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、スクラロース)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、炭酸Ca、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・牛肉を含む)
7月4日 (木)	みそソースチキンカツ マカロニのバターソテー じゃが芋の甘煮 きくらげの白湯炒め 玉葱とオクラのシーザーサラダ 小松菜のおかか和え つぼ漬け	熱量 421kcal 蛋白質 15g 脂質 18g 炭水化物 49g カルシウム 64mg 食塩相当量 2.2g	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(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、ケリン、くん液、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
7月5日 (金)	赤魚の塩焼き 牛蒡のごま炒め 春巻き インゲンのみそ炒め ほうれん草の錦糸和え くずきりのポン酢和え 福神わかめ	熱量 361kcal 蛋白質 11g 脂質 13g 炭水化物 48g カルシウム 65mg 食塩相当量 2.4g	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)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、加工澱粉、酒精、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。