

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15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	
7月16日 (火)	鶏のから揚げ 切干チャブチェ 木綿豆腐の冷奴 くずきりのケチャップソテー かぼちゃのわさびサラダ 根菜サラダ 金時豆	熱量 424kcal 蛋白質 13g 脂質 20g 炭水化物 46g カルシウム 136mg 食塩相当量 2.3g	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)、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、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、豆腐用凝固剤、V. B1、加工澱粉、酢酸Na、乳酸Ca、カゼインNa、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉を含む)
7月17日 (水)	南蛮おろしカニ玉風 高野豆腐と昆布の炒め物 揚げシューマイ ブロッコリーのごま煮 インゲンの醤油マヨサラダ もやしのピーナツ和え つぼザーサイ	熱量 367kcal 蛋白質 10g 脂質 17g 炭水化物 41g カルシウム 157mg 食塩相当量 3.5g	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、紅麴)、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、レシチン、グリセリン脂肪酸エステル、加工澱粉、香辛料抽出物、重曹、炭酸Ca、乳酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生・カニ・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
7月18日 (木)	ハンバーグ スパゲティーのインディアンソテー さつま芋の甘煮 しらたきのゆかり炒め オクラときくらげのシーザーサラダ キャベツのからし和え きやらつく	熱量 381kcal 蛋白質 13g 脂質 14g 炭水化物 50g カルシウム 90mg 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)、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)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、安定剤、水酸化Ca、V. B1、くん液、トハロース、加工澱粉、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・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
7月19日 (金)	ホタテクリームコロッケ 牛蒡のそぼろ炒め 厚揚げとわかめの煮物 麻婆大根 春雨の中華サラダ 胡瓜の錦糸和え 桜漬け	熱量 366kcal 蛋白質 7g 脂質 16g 炭水化物 48g カルシウム 81mg 食塩相当量 3.6g	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)、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)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、香辛料抽出物、カゼインNa、加工澱粉、酵素、酒精、豆腐用凝固剤、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)

【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。