

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
8月26日 (月)	あじフライ しらたきのインディアンソテー 野菜角揚げ ビーフのみそナムル 白菜のゆかり和え カリフラワーのフレンチサラダ 野沢菜漬け	熱量 380kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 44g カルシウム 67mg 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)、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)、酸味料、水酸化Ca、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
8月27日 (火)	豚肉のしゃぶしゃぶ風 茄子の揚げ煮 蒸じゃが キャベツと舞茸のソテー ブロッコリーのピーナッツ和え 小松菜のおかか和え 福神なめこ	熱量 384kcal 蛋白質 12g 脂質 16g 炭水化物 46g カルシウム 57mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸Na)、酸化防止剤(V.C.、V. E.)、酸味料、V. B1、加工澱粉、次亜塩素酸Na、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・豚肉を含む)
8月28日 (水)	青じそおろしかに玉 インゲンのそぼろ炒め 焼き餃子 里芋煮 玉葱とオクラのシーザーサラダ 蓮根のゆかりマヨネーズ和え 味付きめかぶ	熱量 362kcal 蛋白質 7g 脂質 15g 炭水化物 47g カルシウム 59mg 食塩相当量 2.2g	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、紅麹)、甘味料(スクロース、ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸Na)、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、V. B1、くん液、ソルビット、ミウバン、加工澱粉、香辛料抽出物、炭酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
8月29日 (木)	鶏のから揚げみそソース マカロニの中華ソテー 菜の花と椎茸の炒り煮 もやしとわかめの酢の物 胡瓜のからし和え 卵サラダ 黒豆	熱量 434kcal 蛋白質 15g 脂質 19g 炭水化物 50g カルシウム 64mg 食塩相当量 2.5g	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)、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、香料、リン酸塩Na、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、乳酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
8月30日 (金)	さわらの塩焼き 牛蒡のごま油炒め きくらげの煮物 大根とさつま揚げのソテー ポテトサラダ ほうれん草のお浸し つぼ漬け	熱量 379kcal 蛋白質 12g 脂質 15g 炭水化物 46g カルシウム 52mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、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、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごまを含む)

【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。