

# 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
9月2日 (月)	ミートソースハンバーグ ビーフンとエリンギのソテー 厚揚げ焼き 大根とマッシュルームのソテー ペンの和風サラダ 長芋のわさび和え ピリ辛こんにゃく	熱量 381kcal 蛋白質 12g 脂質 16g 炭水化物 46g カルシウム 113mg 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)、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、香料、リン酸塩Na、V. B1、苦味料、安定剤(増粘多糖類)、トハラース、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・りんご・山芋・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
9月3日 (火)	イカ&タラフライ じゃがピース中華ソテー ひじきの生姜炒め 菜の花のバターソテー 三色こんにゃく中華和え オニオンサラダ 甘酢らっきよ	熱量 392kcal 蛋白質 8g 脂質 18g 炭水化物 47g カルシウム 66mg 食塩相当量 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)、酸化防止剤(V.C.、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、乳化剤、香料、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・イカ・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
9月4日 (水)	鶏肉のみそ炒め 野菜のかき揚げ スパゲティーのバジルソテー インゲンのソース炒め 牛蒡のシーザーサラダ きくらげのしば和え のり高菜	熱量 400kcal 蛋白質 11g 脂質 15g 炭水化物 53g カルシウム 46mg 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)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸化防止剤(V.C.)、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、くん液、ソルビット、加工澱粉、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・さば・鶏肉・豚肉を含む)
9月5日 (木)	白身しんじょの甘酢あんかけ けんちん炒め 焼きハム パプリカのマリネ もやしとレタスのサラダ ところてん 昆布豆	熱量 408kcal 蛋白質 9g 脂質 20g 炭水化物 45g カルシウム 24mg 食塩相当量 2.3g	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)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸化防止剤(V.C.)、酸味料、リン酸塩Na、豆腐用凝固剤、V. B1、ソルビット、加工澱粉、貝Ca、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・りんご・セラチン・鶏肉・牛肉を含む)
9月6日 (金)	ピーマンの肉詰めフライ ミニオムレツ マカロニのコンソメ煮 ブロッコリーのゆかり炒め 小松菜のイタリアンサラダ キャベツの白和え ザーサイ	熱量 371kcal 蛋白質 8g 脂質 19g 炭水化物 42g カルシウム 64mg 食塩相当量 2.3g	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、スクロース)、酸化防止剤(V.C.、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、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、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・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。