

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23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	
9月24日 (火)	ハムカツ ビーフンチャプチェ おはぎ(加熱しないでください) きくらげのみそ炒め たたき胡瓜 インゲンのわさび和え たくあん	熱量 384kcal 蛋白質 6g 脂質 17g 炭水化物 50g カルシウム 48mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイド色素)、発色剤(亜硝酸Na)、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、香料、V. B1、グリシン、くん液、ソルビット、トハラース、リン酸塩Na、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
9月25日 (水)	海老焼売 麻婆大根 蒸じゃが ピーマンとくずきりのきんぴら 小松菜とわかめの酢の物 オクラと高野の中華和え 芋くき	熱量 370kcal 蛋白質 6g 脂質 15g 炭水化物 51g カルシウム 76mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、紅麴、銅葉緑素)、漂白剤(次亜硫酸Na)、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、リン酸塩Na、V. B1、レシチン、香辛料抽出物、グリセリン脂肪酸エステル、酒精、重曹、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・Eビ・カン・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
9月26日 (木)	照焼チキンステーキ ひじきのツナ煮 揚げ餃子 もやしの青じそ炒め 茄子のピーナッツサラダ ブロッコリーのごま和え 黒豆	熱量 378kcal 蛋白質 15g 脂質 16g 炭水化物 41g カルシウム 53mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、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、香料、水酸化Ca、V. B1、加工澱粉、炭酸Na、炭酸水素Na、pH調整剤(一部に乳成分・小麦・落花生・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉を含む)
9月27日 (金)	あじフライ 切干のおかか煮 かぼちゃの甘辛炒め 蓮根と枝豆のソテー 菜の花のからし和え 三色こんにゃくのサウザンサラダ のり佃煮	熱量 400kcal 蛋白質 12g 脂質 18g 炭水化物 46g カルシウム 152mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、香辛料抽出物、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さばを含む)

【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。