

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
12月23日 (月)	チーズソースハンバーグ くずきりと椎茸の豚骨ソテー ひじきのコンソメ煮 いんげんの鶏ガラ炒め 三色こんにゃくの和風和え スパゲティサラダ たくあん	熱量 367kcal 蛋白質 9g 脂質 16g 炭水化物 46g カルシウム 89mg 食塩相当量 3.5g	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)、保存料(ホリリン)、甘味料(ステビア、甘草、アセスルファムK)、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、安定剤、V. B1、ソルビット、トハラロー、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・もも・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
12月24日 (火)	白身しんじょの野菜あんかけ 白菜のけんちん煮 焼きハム 菜の花の中華炒め 油揚げと胡瓜の酢の物 かぼちゃのごま和え のり高菜	熱量 379kcal 蛋白質 10g 脂質 19g 炭水化物 41g カルシウム 42mg 食塩相当量 3.3g	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)、保存料(ソルビン酸K)、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、リン酸塩Na、V. B1、豆腐用凝固剤、ソルビット、加工澱粉、貝Ca、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
12月25日 (水)	ピーマンの肉詰めフライ マカロニのケチャップソテー ストロベリークリスマスケーキ(加熱しないでください) ブロッコリーのソテー 大根とさつま揚げの和え物 オニオンサラダ らっきょう漬け	熱量 402kcal 蛋白質 8g 脂質 18g 炭水化物 51g カルシウム 27mg 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、紅麴)、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、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、加工澱粉、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
12月26日 (木)	タラフライ ミニオムレツ 甘酢厚揚げ焼き もやしのソース炒め 小松菜のきのこ和え 牛蒡のシーザーサラダ 味付きメンマ	熱量 387kcal 蛋白質 11g 脂質 19g 炭水化物 42g カルシウム 75mg 食塩相当量 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)、保存料(ホリリン)、甘味料(ステビア、甘草、アセスルファムK、スクラロース)、漂白剤(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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、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・鶏肉・豚肉を含む)
12月27日 (金)	鶏肉とキャベツのみそ炒め 野菜のかき揚げ 茶碗蒸し風 チンゲン菜とマッシュルームのソテー 春雨の中華サラダ 高野のゆかり和え 昆布豆	熱量 379kcal 蛋白質 15g 脂質 18g 炭水化物 38g カルシウム 38mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素)、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、膨張剤、香料、V. B1、香辛料抽出物、ソルビット、加工澱粉、酒精、炭酸K、塩化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・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。