

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
4月21日 (月)	デミグラスハンバーグ 野菜のかき揚げ ペンのインディアンソテー 菜の花のごま炒め ほうれん草の和風和え 高野オニオンサラダ 甘酢らっきょう	熱量 398kcal 蛋白質 12g 脂質 19g 炭水化物 43g カルシウム 112mg 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、膨張剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、豆腐用凝固剤、安定剤、トハラコース、加工澱粉、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・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月22日 (火)	タラフライ くず切りの炒め煮 厚揚げ焼き ブロッコリーのソース煮 小松菜のきのこ和え スパゲティサラダ たくあん	熱量 404kcal 蛋白質 10g 脂質 20g 炭水化物 44g カルシウム 73mg 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)、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、乳化剤、V. B1、ソルビット、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・ごまを含む)
4月23日 (水)	団子のみそ炒め ミニオムレツ ひじきのコンソメ煮 チンゲン菜とマッシュルームのソテー もろきゅう 牛蒡のシーザーサラダ のり佃煮	熱量 389kcal 蛋白質 10g 脂質 21g 炭水化物 40g カルシウム 73mg 食塩相当量 3.9g	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(ポリリン)、甘味料(ステビア、甘草、アセスルファムK)、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、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
4月24日 (木)	かに玉たまねぎ酢かけ 白菜のけんちん煮 ちくわの磯辺揚げ きくらげともやし中華炒め 大根とさつま揚げのフレンチサラダ かぼちゃのピーナッツ和え 昆布豆	熱量 361kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 39g カルシウム 39mg 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、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、膨張剤、乳化剤、V. B1、ソルビット、トハラコース、加工澱粉、香辛料抽出物、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・か・大豆・ごま・りんご・セラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
4月25日 (金)	揚げ豚シューマイ インゲンのバターソテー しその実入り茶碗蒸し こんにゃくの鶏がら炒め カリフラワーの酢の物 春雨の中華サラダ 味付きザーサイ	熱量 387kcal 蛋白質 9g 脂質 21g 炭水化物 38g カルシウム 25mg 食塩相当量 3.2g	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)、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、香料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、酒精、水酸化Ca、乳酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)

【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。