

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
5月12日 (月)	海老シューマイ 牛蒡の中華炒め 大根と昆布の炒め煮 ペンのケチャップソテー きくらげのごま和え 春雨サラダ たくあん	熱量 391kcal 蛋白質 6g 脂質 19g 炭水化物 48g カルシウム 86mg 食塩相当量 3.4g	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、スクラロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
5月13日 (火)	ハムカツ インゲンとしらたきの煮物 ひじきのそぼろ炒め ブロッコリーのマヨソテー 小松菜とわかめの酢の物 スパゲティサラダ 福神なめこ	熱量 369kcal 蛋白質 7g 脂質 18g 炭水化物 43g カルシウム 50mg 食塩相当量 2.7g	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)、発色剤(亜硝酸Na)、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、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、くん液、トハロース、リン酸塩Na、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・鶏肉・豚肉を含む)
5月14日 (水)	さばの塩焼き 白菜のけんちん炒め 冷やし茶碗蒸し風 キャベツのソースソテー 菜の花のピーナッツサラダ 角こんにゃくのからし和え のり佃煮	熱量 379kcal 蛋白質 14g 脂質 17g 炭水化物 48g カルシウム 37mg 食塩相当量 2.7g	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、V. B1、豆腐用凝固剤、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・落花生・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉を含む)
5月15日 (木)	鶏肉の南部焼 切干の炒り煮 かぼちゃのバターソテー 茄子の青じそ炒め カリフラワーのフレンチサラダ もやしのわさび和え うぐいす豆	熱量 403kcal 蛋白質 15g 脂質 16g 炭水化物 48g カルシウム 142mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(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)、酸味料、香料、V. B1、乳酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・セラチン・鶏肉を含む)
5月16日 (金)	かにクリームコロッケ ビーフンチャプチェ 野菜角煮の煮物 チンゲン菜とマッシュルームのソテー オニオンサラダ オクラと高野の中華和え つぼ漬け	熱量 399kcal 蛋白質 8g 脂質 20g 炭水化物 47g カルシウム 57mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(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、乳化剤、香料、V. B1、カゼインNa、グリセリン脂肪酸エステル、加工澱粉、香辛料抽出物、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・エビ・カニ・大豆・ごま・セラチン・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。