

おかやまコープ たべてん便 献立表【御弁当コース】 ※「岡山県産こしひかり」が使用されています。

日 付	献 立	食品成分	原材料アレルギー表示
6月16日 (月)	団子のポン酢炒め じゃが芋のバターソテー ちくわの磯辺揚げ 大根のイタリアンサラダ うぐいす豆 白飯	熱量 487kcal 蛋白質 11g 脂質 13g 炭水化物 80g カルシウム 42mg 食塩相当量 1.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、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、乳化剤、香料、トレハロース、加工澱粉、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)
6月17日 (火)	タラフライ きくらげ入りけんちん煮 茶碗蒸し風 ほうれん草のおかか和え 味付きザーサイ 白飯	熱量 451kcal 蛋白質 11g 脂質 10g 炭水化物 77g カルシウム 48mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、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・ごま・鶏肉を含む)
6月18日 (水)	豆腐ハンバーグ 野菜のかき揚げ ペンのインディアンソテー インゲンののり和え たくあん 白飯	熱量 508kcal 蛋白質 12g 脂質 17g 炭水化物 76g カルシウム 204mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素、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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、貝Ca、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)
6月19日 (木)	かに玉風青じそおろしかけ くずきりのソース炒め だし醤油厚揚げ焼き ブロッコリーのからし和え のり高菜 白飯	熱量 463kcal 蛋白質 10g 脂質 10g 炭水化物 78g カルシウム 71mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素、紅麴)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア)、酸化防止剤(V. E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、ソルビット、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酒精、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・か・大豆・ごま・さけ・さば・鶏肉・豚肉を含む)
6月20日 (金)	味噌ソース揚げシューマイ 玉子ロール ひじきと枝豆のソテー ビーフンの白湯サラダ 甘酢らっきょう たぬきご飯	熱量 505kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 75g カルシウム 47mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、甘味料(ステビア、ソルビット、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、V. B1、加工澱粉、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・か・ごま・さば・セラチン・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。