

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
9月1日 (月)	いかと彩り野菜のフライ ビーフンチャプチェ 大根と昆布の炒め煮 スパゲティサラダ 福神漬 いなり寿司	熱量 517kcal 蛋白質 13g 脂質 18g 炭水化物 73g カルシウム 60mg 食塩相当量 3.0g	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)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、V. B1、香辛料抽出物、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イモ・ごま・さば・りんご・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
9月2日 (火)	鶏の青じそごま風味焼 切干と椎茸の炒り煮 ひじきとコーンのソテー きくらげとオクラのマヨサラダ しばなめこ 白飯	熱量 503kcal 蛋白質 15g 脂質 11g 炭水化物 83g カルシウム 170mg 食塩相当量 2.2g	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.C.、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、ソルビット、加工澱粉、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉を含む)
9月3日 (水)	メバルの塩焼き 牛蒡の炒め物 かぼちゃとグリーンピースのソテー もやしのフレンチサラダ うぐいす豆 白飯	熱量 461kcal 蛋白質 14g 脂質 10g 炭水化物 76g カルシウム 69mg 食塩相当量 1.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カラメル色素)、酸化防止剤(V.E.)、乳化剤、香料、V. B1、香辛料抽出物、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
9月4日 (木)	茄子の肉はさみ天ぷら インゲンとしらたきの炒め煮 野菜角煮の煮物 高野のゆかり和え 昆布佃煮 白飯	熱量 506kcal 蛋白質 11g 脂質 17g 炭水化物 74g カルシウム 40mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カラメル色素)、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、乳化剤、香料、V. B1、水酸化Ca、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・鶏肉・豚肉を含む)
9月5日 (金)	海老シューマイ ほうれん草の信田煮 茶碗蒸し風 カリフラワーの中華和え たくあん 白飯	熱量 476kcal 蛋白質 11g 脂質 13g 炭水化物 76g カルシウム 67mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カラメル色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草、スクロース)、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、ソルビット、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・エビ・カニ・大豆・ごま・さけ・ゼラチン・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。