

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15日 (月)	お届けはお休みに なります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	
9月16日 (火)	野菜筑前煮 チンゲン菜とエリンギのガーリックソテー 茶碗蒸し風 ポテトサラダ ゆずもずく 味噌ソースミンチカツ丼	熱量 477kcal 蛋白質 11g 脂質 12g 炭水化物 79g カルシウム 21mg 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)、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、香辛料抽出物、酒精、塩化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・牛肉を含む)
9月17日 (水)	海老シューマイ 野菜のかき揚げ 高野の煮物 ペンのフレンチサラダ つぼ漬け 白飯	熱量 485kcal 蛋白質 10g 脂質 14g 炭水化物 77g カルシウム 51mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、クチナシ黄色素、カロチノイド色素、紅麴)、酸化防止剤(V.E.)、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、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・さば・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
9月18日 (木)	サイコロハムのバーベキュー焼き キャベツの信田煮 切干の鶏がら炒め ところてん 金時豆 白飯	熱量 540kcal 蛋白質 15g 脂質 19g 炭水化物 75g カルシウム 119mg 食塩相当量 2.5g	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)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、豆腐用凝固剤、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・牛肉を含む)
9月19日 (金)	かに玉の天ぷら きくらげの油炒め わかめと麩の煮物 春雨サラダ オクラと湯葉のお浸し 白飯	熱量 502kcal 蛋白質 10g 脂質 15g 炭水化物 79g カルシウム 47mg 食塩相当量 1.7g	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)、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、グリシン、トハラース、加工澱粉、香辛料抽出物、炭酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・ごまを含む)

【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。