

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
10月13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	
10月14日 (火)	鶏肉のバーベキューソー きくらげチャップチェ ペンのコンソメ煮 小松菜の錦糸和え 昆布佃煮 白飯	熱量 484kcal 蛋白質 15g 脂質 10g 炭水化物 81g カルシウム 46mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料 (カラメル色素、カチノイト色素)、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、乳化剤、 香料、リン酸塩Na、V. B1、ソルビッ ト、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ ごま・りんご・鶏肉・豚肉を含む)
10月15日 (水)	さわらの塩焼き 切干煮 野菜コロッケ ビーフンのごま和え 桜漬け 白飯	熱量 518kcal 蛋白質 17g 脂質 11g 炭水化物 86g カルシウム 97mg 食塩相当量 2.5g	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)、酸化防止剤(V.E.、ロー ズマリー抽出物、V.C.)、増粘剤 (加工デンプン、増粘多糖類)、酸 味料、乳化剤、香料、V. B1、香 辛料抽出物、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ ごま・さけを含む)
10月16日 (木)	茄子の肉はさみ天ぷら きんぴらごぼう 木綿豆腐の冷奴 ほうれん草とわかめの酢の物 金時豆 白飯	熱量 498kcal 蛋白質 10g 脂質 12g 炭水化物 86g カルシウム 95mg 食塩相当量 1.5g	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、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、豆腐用凝固剤、 香辛料抽出物、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ ごま・鶏肉・豚肉を含む)
10月17日 (金)	かにシューマイ 春雨のシャンタンソー 肉団子のケチャップ煮 ポテトサラダ 福神なめこ バーベキューライス	熱量 479kcal 蛋白質 11g 脂質 15g 炭水化物 72g カルシウム 22mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料 (カラメル色素、紅麴)、甘味料 (ステビア、甘草)、酸化防止剤(V. C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘 多糖類)、酸味料、V. B1、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・りんご・ゼラチン・ 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。