

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14日 (月)	かに玉の天ぷら スパゲティーソテー じゃがバター しらたきの中華和え わさび菜お浸し 白飯	熱量 529kcal 蛋白質 12g 脂質 17g 炭水化物 80g カルシウム 51mg 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、紅麹)、保存料(ソルビン酸K)、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、水酸化Ca、トレハロース、加工澱粉、炭酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・ごま・ゼラチン・鶏肉を含む)
9月15日 (火)	チキンステーキ 牛蒡の油炒め 高野のごま煮 きくらげの錦糸和え 黒豆 白飯	熱量 499kcal 蛋白質 19g 脂質 12g 炭水化物 77g カルシウム 68mg 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)、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、クエン酸Na、重曹、炭酸Na、炭酸水素Na、加工澱粉、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
9月16日 (水)	さわらの塩焼き キャベツのみそ炒め 肉団子のケチャップ煮 うまい菜のピーナッツ和え つぼ漬け 白飯	熱量 452kcal 蛋白質 15g 脂質 10g 炭水化物 73g カルシウム 66mg 食塩相当量 1.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド)、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、V. B1、加工澱粉、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・鶏肉を含む)
9月17日 (木)	茄子の肉はさみ天 角こんにゃくの炒め煮 里芋の煮物 もやしのおろし醤油和え オクラと湯葉のお浸し 白飯	熱量 484kcal 蛋白質 7g 脂質 15g 炭水化物 72g カルシウム 38mg 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)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸Na)、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、グリシン、酒精、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)
9月18日 (金)	いかミンチフライ ミニオムレツ マカロニのコンソメソテー ビーフンと椎茸のごま和え 福神なめこ たぬきご飯	熱量 492kcal 蛋白質 13g 脂質 15g 炭水化物 74g カルシウム 38mg 食塩相当量 3.0g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド)、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、香料、V. B1、酒精、pH調整剤(一部に卵・小麦・大豆・カニ・ごま・さば・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。