おかやまコープ たべてん便 献立表【なごみおかず】

日　付	献　立	食品成分	原材料アレルゲン表示
4月1日 （月）	赤魚の味噌焼き 揚げ団子 かぼちゃとちくわの炒め物 くずきりと揚げのソテー じゃが芋の甘煮 ブロッコリーのごまサラダ ほうれん草の白和え 昆布豆	熱量 465kcal 蛋白質 17g 脂質 17g 炭水化物 58g カルシウム 63mg 食塩相当量 2.6g	調味料(ｱﾐﾉ酸等)、甘味料(ｽﾃﾋﾞｱ、甘草)、酸化防止剤(V.B2、V.C.、ﾛｰｽﾞﾏﾘｰ抽出物)、増粘剤(加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、増粘多糖類)、V. B1、酒精、ｿﾙﾋﾞｯﾄ、加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、酸味料、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
4月2日 （火）	鶏肉の焼肉炒め たまごロール ウインナーとスパゲティのソテー 長芋と椎茸の煮物 チンゲン菜のしその実炒め ひじきとこんにゃくのサラダ もやしのしば和え 胡瓜としめじの酢の物	熱量 451kcal 蛋白質 18g 脂質 16g 炭水化物 55g カルシウム 68mg 食塩相当量 3.1g	調味料(ｱﾐﾉ酸等)、着色料(ｶﾛﾁﾉｲﾄﾞ色素、ｶﾗﾒﾙ色素、紅麹)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ｽﾃﾋﾞｱ、ｿﾙﾋﾞｯﾄ、甘草)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、増粘多糖類)、V. B1、酒精、加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、酸味料、香料、凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・もも・やまいも・鶏肉・豚肉・牛肉・りんご・ｾﾞﾗﾁﾝを含む)
4月3日 （水）	たらのごま風味焼き 牛肉コロッケ 豆腐のねぎあんかけ インゲンのオリーブソテー 小松菜のツナ炒め れんこんのシーザーサラダ 茄子の中華和え かっぱ漬	熱量 456kcal 蛋白質 15g 脂質 18g 炭水化物 56g カルシウム 98mg 食塩相当量 3g	調味料(ｱﾐﾉ酸等)、着色料(ｶﾗﾒﾙ色素、ｶﾛﾁﾉｲﾄﾞ色素)、甘味料(ｽﾃﾋﾞｱ、甘草、ｽｸﾗﾛｰｽ)、漂白剤(次亜硫酸Na)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、増粘多糖類)、香辛料抽出物、V. B1、くん液、ﾐｮｳﾊﾞﾝ、酸味料、乳化剤、香料、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・豚肉・牛肉・ｾﾞﾗﾁﾝ・魚介類(魚醤)を含む)
4月4日 （木）	生姜焼きハンバーグ 揚げしんじょ 春雨とわかめのピリ辛炒め ごぼうのバターソテー 菜の花のみそ煮 大根のフレンチサラダ 玉葱とマッシュルームの青じそ和え 福神漬	熱量 458kcal 蛋白質 14g 脂質 20g 炭水化物 53g カルシウム 105mg 食塩相当量 3.7g	調味料(ｱﾐﾉ酸等)、着色料(ｶﾗﾒﾙ色素、ｶﾛﾁﾉｲﾄﾞ色素)、甘味料(ｽｸﾗﾛｰｽ、ｽﾃﾋﾞｱ、甘草)、酸化防止剤(V.C.、ﾛｰｽﾞﾏﾘｰ抽出物)、増粘剤(加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、増粘多糖類)、香辛料抽出物、V. B1、ﾄﾚﾊﾛｰｽ、加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、貝Ca、香辛料抽出物、酒精、酸味料、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・えび・かに・大豆・ｵﾚﾝｼﾞ・ごま・さば・牛肉・鶏肉・豚肉・りんごを含む)
4月5日 （金）	白身魚天ぷら 麻婆なす マカロニのケチャップソテー さつま芋の煮物 インゲンのマヨポン酢炒め カリフラワーのイタリアンサラダ 白菜の韓国風味和え ゆば風こんにゃくの甘酢和え	熱量 485kcal 蛋白質 14g 脂質 21g 炭水化物 59g カルシウム 53mg 食塩相当量 3g	調味料(ｱﾐﾉ酸等)、着色料(ｶﾛﾁﾉｲﾄﾞ色素、ｳｺﾝ色素、ｶﾗﾒﾙ色素)、甘味料(ｽﾃﾋﾞｱ、甘草)、酸化防止剤(V.C.、V.E.、ﾛｰｽﾞﾏﾘｰ抽出物)、増粘剤(加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、増粘多糖類)、V. B1、酒精、ﾄﾚﾊﾛｰｽ、加工ﾃﾞﾝﾌﾟﾝ、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、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・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。