

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	原材料アレルギー表示
6月2日 (月)	たらフライ 出し巻き玉子 三色きんぴら しらたきの青じそ炒め きくらげの信田煮 かぼちゃのイタリアンサラダ いんげんの酢みそ和え 金時豆	熱量 459kcal 蛋白質 13g 脂質 20g 炭水化物 55g カルシウム 64mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草、ソルビット)、酸味料、香料、V. B1、水酸化Ca、豆腐用凝固剤、グリシン、加工澱粉、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さばを含む)
6月3日 (火)	豚肉のスタミナ焼き 海老しんじょの天ぷら ビーフンと菜の花の炒め物 切干のガーリックソテー 蓮根のごま煮 大豆サラダ カリフラワーの中華和え きゃらつく	熱量 521kcal 蛋白質 17g 脂質 24g 炭水化物 57g カルシウム 176mg 食塩相当量 3.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、カラメル色素、紅麹)、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、トレハロース、加工澱粉、酢酸Na、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・エヒ・大豆・ごま・さば・豚肉を含む)
6月4日 (水)	赤魚の薬味焼き 牛肉コロッケ ブロッコリーのコンソメ煮 小松菜の甘酢炒め ごぼうのオリーブソテー ひじきのごまサラダ 春雨の梅肉和え なすの揚げびたし	熱量 453kcal 蛋白質 13g 脂質 19g 炭水化物 56g カルシウム 50mg 食塩相当量 3.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、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、乳化剤、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・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉・魚醤(魚介類)を含む)
6月5日 (木)	牛肉のバーベキュー焼き あじ大葉フライ かぼちゃとふきの煮物 チンゲン菜のおかか炒め 長芋のバターソテー マカロニのさっぱりサラダ もやしのナムル 野沢菜漬	熱量 471kcal 蛋白質 15g 脂質 22g 炭水化物 51g カルシウム 60mg 食塩相当量 3.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、カラメル色素)、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、乳化剤、香料、V. B1、香辛料抽出物、酒精、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・山芋・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
6月6日 (金)	さばの生姜醤油焼き 蒸し餃子 じゃが芋の塩だれ炒め 冷奴 くずきりと椎茸のソテー こんにゃくのシーザーサラダ きくらげのからし和え もろみオクラ	熱量 462kcal 蛋白質 15g 脂質 21g 炭水化物 51g 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、カロチノイド色素)、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.、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、乳化剤、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、くん液、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・大豆・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。