

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
9月1日 (月)	ハムカツ 海老シューマイ ビーフンのフレンチソテー 小松菜の塩だれ炒め 角こんにゃくのピリ辛煮 茄子の青じそサラダ かぼちゃののり和え わさび菜お浸し	熱量 489kcal 蛋白質 12g 脂質 23g 炭水化物 56g カルシウム 46mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素、紅麴)、発色剤(亜硝酸Na)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、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、くん液、トレハロース、リン酸塩Na加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・E.C.・大豆・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
9月2日 (火)	たらの生姜醤油焼き 水餃子 切干とわかめの煮物 長芋の鶏がら炒め 大豆の中華ソテー 春雨のシーザーサラダ 白菜のしその実和え 野沢菜昆布	熱量 459kcal 蛋白質 15g 脂質 16g 炭水化物 60g カルシウム 125mg 食塩相当量 2.9g	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.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、グリシン、くん液、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・山芋・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
9月3日 (水)	肉じゃが 揚げだし豆腐 きんぴらごぼう 昆布ともやしの炒め煮 カリフラワーのオリーブソテー くずきりの和風サラダ チンゲン菜とカニカマの和え物 油揚げと胡瓜の酢の物	熱量 480kcal 蛋白質 12g 脂質 22g 炭水化物 55g カルシウム 56mg 食塩相当量 3.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素、紅麴)、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、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、加工澱粉、酒精、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・E.C.・大豆・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
9月4日 (木)	いかと彩り野菜カツ 肉団子の中華あんかけ うの花炒り煮 ほうれん草のバターソテー ペンのソース炒め ひじきの錦糸サラダ インゲンのごま和え オクラとたくあんの和え物	熱量 482kcal 蛋白質 15g 脂質 19g 炭水化物 59g カルシウム 95mg 食塩相当量 3.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、リン酸塩Na、V. B1、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、次亜塩素酸Na、酒精、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イ.C.・ごま・さば・ゼラチン・魚醬(魚介類)、鶏肉・豚肉を含む)
9月5日 (金)	鶏肉のボン酢炒め あじ大葉フライ スパゲティの韓国風炒め 菜の花のマヨソテー 里芋と椎茸の煮物 れんこんのサウザンサラダ しらたきのしば和え 昆布豆	熱量 487kcal 蛋白質 19g 脂質 18g 炭水化物 58g カルシウム 55mg 食塩相当量 2.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素、カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸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、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、ソルビット、ミウバン、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・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。