

# おかやまコープ たべてん便 献立表【おかず4品コース】

日付	献立	食品成分	原材料アレルギー表示
9月22日 (月)	八宝菜 (エビ) ねぎ焼き 細切昆布煮 キャベツとカニカマの豆乳サラダ	熱量 370 kcal 蛋白質 9 g 脂質 26 g 炭水化物 21 g カルシウム 85 mg 食塩相当量 3.0 g	増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、調味料 (アミノ酸等)、酢酸 (Na)、グリシン、リン酸塩 (Na)、加工でん粉、酒精、pH調整剤、膨脹剤、ソルビット、凝固剤、酵素、ショ糖エステル、酸味料、着色料 (紅麹)、乳化剤、香料、香辛料 (一部にえび・かに・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・魚醤 (魚介類) を含む)
9月23日 (火)	お届けはお休みになります	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 炭水化物 g カルシウム mg 食塩相当量 g	
9月24日 (水)	サバの塩焼き 梅しそつくね 炊き合わせ (にんじん・高野豆腐・大根) オクラとえのき茸のさっぱり和え	熱量 294 kcal 蛋白質 21 g 脂質 20 g 炭水化物 12 g カルシウム 53 mg 食塩相当量 2.1 g	酢酸 (Na)、糊料 (加工でん粉、増粘多糖類)、グリシン、調味料 (アミノ酸等)、凝固剤、酒精、酸化防止剤 (V、C)、酵素、ショ糖エステル、pH調整剤、重曹、酸味料、着色料 (野菜色素)、V、B1、甘味料 (スクラロース)、香料 (一部に小麦・卵・乳成分・オレンジ・ごま・さば・大豆・鶏肉を含む)
9月25日 (木)	豚皿風 かにのふわふわ豆腐 切干大根煮 パンプキンサラダ	熱量 364 kcal 蛋白質 7 g 脂質 26 g 炭水化物 23 g カルシウム 86 mg 食塩相当量 2.1 g	増粘剤 (加工でん粉、キサンタン)、加工でん粉、酢酸 (Na)、グリシン、調味料 (アミノ酸等)、膨脹剤、着色料 (カラメル、紅麹、カロチノイド)、pH調整剤、ショ糖エステル、酒精、酵素、香料、凝固剤、乳化剤、香辛料、酸化防止剤 (V、C)、酸味料 (一部にかに・小麦・卵・乳成分・大豆・豚肉を含む)
9月26日 (金)	ミックスフライ (エビフライ・アジフライ) 厚揚げのそぼろあん ごぼうとこんにゃくの甘辛煮 枝豆と玉ねぎのチーズサラダ	熱量 430 kcal 蛋白質 12 g 脂質 30 g 炭水化物 25 g カルシウム 77 mg 食塩相当量 1.7 g	加工でん粉、糊料 (加工でん粉、増粘多糖類)、凝固剤、酢酸 (Na)、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、乳化剤、酒精、pH調整剤、水酸化Ca、酸味料、酵素、ショ糖エステル、香辛料、香料、酸化防止剤 (エリスルビン酸Na、V、C)、トレハロース、環状オリゴ糖、着色料 (パブリカ色素) (一部にえび・小麦・卵・乳成分・オレンジ・大豆・鶏肉・ゼラチンを含む)

【ご注意】別添付の調味料などの小袋がある場合、電子レンジにかける前に取出してください。

※原材料不足などにより、献立を変更させていただく場合がございます。予めご了承ください。

※全てのコースの変更、取消がある場合はお届け前週 (水) の17時までにご連絡を下さい。