

# 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
6月8日 (月)	天ぷら (エビ・カニカマ・オクラ・サツマイモ) <b>ポークビーンズ</b> 糸こんにゃくとさつまあげの甘辛炒め <b>大根の甘酢漬け</b>	<b>熱量</b> 374 kcal <b>蛋白質</b> 9 g <b>脂質</b> 25 g <b>炭水化物</b> 30 g <b>カルシウム</b> 60 mg <b>食塩相当量</b> 2.6 g	加工澱粉、酢酸 (Na)、グリシン、増粘剤 (加工澱粉、増粘多糖類)、調味料 (アミノ酸等)、ソルビット、膨脹剤、pH調整剤、着色料 (紅麹、カラメル、クチナシ、V. B2)、酸味料、カゼインNa、乳酸Na、酒精、リン酸塩 (Na)、水酸化Ca、乳化剤、酵素、ショ糖エステル、くん液、酸化防止剤 (V. C)、香料、塩化Ca、発色剤 (亜硝酸Na)、香辛料、(一部にえび・小麦・
6月9日 (火)	<b>カツカレー</b> アサリとニラの中華炒め きんぴらごぼう 明太マカロニサラダ	<b>熱量</b> 386 kcal <b>蛋白質</b> 12 g <b>脂質</b> 28 g <b>炭水化物</b> 22 g <b>カルシウム</b> 38 mg <b>食塩相当量</b> 1.9 g	加工でん粉、調味料 (アミノ酸等)、酢酸 (Na)、pH調整剤、増粘剤 (加工でん粉、増粘多糖類)、酵素、カゼインNa、グリシン、着色料 (カラメル、紅麹、パプリカ色素)、酸化防止剤 (V. C)、ポリリン酸Na、乳化剤、ソルビット、ショ糖エステル、酸味料、二酸化ケイ素、酒精、香辛料、発色剤 (亜硝酸Na)、香料、(一部に小麦・卵・乳成分・オレンジ・牛肉・ごま・大豆・鶏
6月10日 (水)	キタノメヌケの味噌だれがけ コロッケ チンジャオこんにゃく 春雨の酢の物	<b>熱量</b> 380 kcal <b>蛋白質</b> 15 g <b>脂質</b> 23 g <b>炭水化物</b> 25 g <b>カルシウム</b> 72 mg <b>食塩相当量</b> 2.9 g	酢酸 (Na)、糊料 (加工でん粉、グアー、CMC)、pH調整剤、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、酸味料、乳化剤、酒精、ミョウバン、水酸化Ca、酵素、ショ糖エステル、着色料 (パプリカ色素)、酸化防止剤 (V. C)、香料、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチンを含む)
6月11日 (木)	<b>ハンバーグデミソース</b> コーン入りさつまあげの煮物 ミートスパゲティ カリフラワーのシーザードレッシング和え	<b>熱量</b> 322 kcal <b>蛋白質</b> 10 g <b>脂質</b> 20 g <b>炭水化物</b> 25 g <b>カルシウム</b> 63 mg <b>食塩相当量</b> 2.0 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)、pH調整剤、着色料 (カラメル、ココア)、グリシン、リン酸塩 (Na)、乳化剤、加工でん粉、酵素、ショ糖エステル、塩化Ca、酒精、香料、酸味料、香辛料、(一部に小麦・卵・乳成分・オレンジ・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチンを含む)
6月12日 (金)	白身魚とエリンギの和風仕立て 梅じそつくね 大根の照り焼き風煮 タラモサラダ	<b>熱量</b> 395 kcal <b>蛋白質</b> 16 g <b>脂質</b> 19 g <b>炭水化物</b> 37 g <b>カルシウム</b> 39 mg <b>食塩相当量</b> 3.8 g	糊料 (加工でん粉、増粘多糖類)、酢酸 (Na)、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、凝固剤、膨脹剤、酒精、ソルビット、着色料 (カラメル、紅麹、パプリカ色素、野菜色素、V. B2)、pH調整剤、酸化防止剤 (V. C、エリソルビン酸Na)、酵素、ショ糖エステル、乳化剤、酸味料、V. B1、甘味料 (スクラロース)、香料、環状オリゴ糖、香辛料、発色剤 (亜硝酸Na)、(一部に小麦・卵・乳成分・オレンジ・ごま・大豆・鶏肉を含む)

【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。