

★ご飯の単品企画新登場!!★
 いつものおかずと一緒にいかがですか？
 詳しくはたべてん便受注センターまで！
☎0120-014-899

新登場!

ご飯企画

岡山県産こしひかりを使用、おかずコースに合わせてぜひご利用ください。

ご飯(小)

◆150g ◆238kcal

168円 (税込8%)
(181円)

おかず4品、おかず7品、なごみおかずコースとセットでのご注文になります。単品でのご注文はできません。

ご飯(大)

◆180g ◆284kcal

188円 (税込8%)
(203円)



※写真は180gです。

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
10月26日 (月)	キタノメヌケの中華煮 ソーセージ(トマトソース) 切干大根煮 ピーマンのおかか浸し	熱量 304 kcal 蛋白質 15 g 脂質 17 g 炭水化物 21 g カルシウム 90 mg 食塩相当量 1.7 g	増粘剤(加工でん粉)、加工でん粉、酢酸(Na)、調味料(アミノ酸等)、グリシン、リン酸塩(Na)、pH調整剤、酒精、酸化防止剤(V、C)、酵素、ショ糖エステル、発色剤(亜硝酸Na)、香料、酸味料、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチンを含む)
10月27日 (火)	鶏肉の照り焼き オムレツのだしあんかけ わかめの煮物 れんこんサラダ	熱量 375 kcal 蛋白質 17 g 脂質 26 g 炭水化物 16 g カルシウム 40 mg 食塩相当量 2.0 g	糊料(加工でん粉)、酢酸(Na)、グリシン、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチン、V、B2)、凝固剤、酒精、酵素、ショ糖エステル、酸化防止剤(V、C、亜硫酸塩)、pH調整剤、香辛料、酸味料、(一部に小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉を含む)
10月28日 (水)	白身魚のマスタードソース 豚バラとナスのみそ炒め 糸こんにゃくのおかか炒め マカロニサラダ	熱量 412 kcal 蛋白質 13 g 脂質 29 g 炭水化物 25 g カルシウム 36 mg 食塩相当量 2.2 g	酢酸(Na)、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、グリシン、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、膨脹剤、水酸化Ca、ミョウバン、酒精、着色料(ウコン、V、B2)、酵素、ショ糖エステル、乳化剤、香辛料、アンモニウムミョウバン、酸味料、香料、酸化防止剤(V、C)、pH調整剤、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・豚肉・りんご・ゼラチンを含む)
10月29日 (木)	ハンバーグ レモンソース かぼちゃのじゃこ煮 野菜のナムル しそふりかけポテトサラダ	熱量 305 kcal 蛋白質 9 g 脂質 18 g 炭水化物 28 g カルシウム 63 mg 食塩相当量 2.3 g	酢酸(Na)、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、糊料(加工でん粉、増粘多糖類)、グリシン、リン酸塩(Na)、着色料(ココア)、酵素、ショ糖エステル、酸味料、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・ゼラチンを含む)
10月30日 (金)	エビのマヨネーズソース添え ウィンナーと玉子の中華炒め 卵の花とひじきの和え物 コーヒー豆	熱量 367 kcal 蛋白質 10 g 脂質 26 g 炭水化物 23 g カルシウム 50 mg 食塩相当量 2.3 g	酢酸(Na)、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、加工でん粉、グリシン、膨脹剤、pH調整剤、水酸化Ca、酵素、ショ糖エステル、酒精、酸化防止剤(V、C)、乳化剤、香料、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、酸味料、着色料(V、B2)、(一部にえび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・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。