

おかやまコープ たべてん便 献立表【おかず7品コース】

日 付	献 立	食品成分	原材料アレルギー表示
7月14日 (月)	お好みソースチキンカツ インゲンの煮物 昆布の炒め煮 しらたきのナムル マカロニサラダ きくらげのわさび和え しその実なめこ	熱量 406kcal 蛋白質 13g 脂質 18g 炭水化物 46g カルシウム 74mg 食塩相当量 2.4g	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、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、水酸化Ca、V.C.、グリシン、ソルビット、ソルビトール、加工澱粉、酵素製剤、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・もも・りんご・鶏肉・豚肉を含む)
7月15日 (火)	さばの塩焼き ビーフンのバターソテー 焼き豆腐の煮物 ブロッコリーの生姜炒め ほうれん草のからし和え あおさポテトサラダ うぐいす豆	熱量 369kcal 蛋白質 13g 脂質 16g 炭水化物 41g カルシウム 79mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(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、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、香辛料抽出物、乳酸Ca、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)
7月16日 (水)	牛肉のしゃぶしゃぶ風 角コンニャクの煮物 揚げかにシューマイ キャベツのオリブソテー もやしの和風和え 素麺サラダ のり高菜	熱量 436kcal 蛋白質 10g 脂質 20g 炭水化物 52g カルシウム 62mg 食塩相当量 3.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素、カラメル色素、紅麴)、保存料(ソルビン酸K)、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、水酸化Ca、グルコン酸鉄、ソルビット、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
7月17日 (木)	あじフライ くずきりと舞茸のソテー 高野の煮物 大根の炒め煮 小松菜のおろし和え ごまスパゲティサラダ 味付きザーサイ	熱量 387kcal 蛋白質 10g 脂質 17g 炭水化物 47g カルシウム 70mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、甘味料(ステビア、甘草、スクロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、V. B1、豆腐用凝固剤、グリセリン脂肪酸エステル、塩化Ca、香辛料抽出物、次亜塩素酸Na、酒精、重曹、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごまを含む)
7月18日 (金)	トマトソースハンバーグ ミニオムレツ かぼちゃの甘辛油炒め チンゲン菜のけんちん煮 牛蒡のシーザーサラダ もろきゅう たくあん	熱量 386kcal 蛋白質 10g 脂質 16g 炭水化物 49g カルシウム 48mg 食塩相当量 3.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、保存料(ソルビン酸K、ポリリン)、甘味料(ステビア、甘草、アセスルファムK)、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、豆腐用凝固剤、ソルビット、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・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。

たべてん便のお問い合わせは、たべてん便受注センター 0120-014-899

月～金 受付時間9:00～17:00まで お気軽にお問合せください。