

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
9月7日 (月)	たまねぎ酢ハンバーグ けんちん煮 お麴の炒め煮 ビーフンのみそ炒め カリフラワーのマリネ ピーマンのからし和え きょうちん	熱量 386kcal 蛋白質 11g 脂質 16g 炭水化物 46g カルシウム 75mg 食塩相当量 2.7g	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)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、リン酸塩Na、V. B1、安定剤、豆腐用凝固剤、トハラース、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
9月8日 (火)	タラフライ 大根と椎茸のしその実炒め こんにゃくの煮物 ひじきの中華ソテー 牛蒡のわさび和え マカロニサラダ 昆布豆	熱量 401kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 49g カルシウム 57mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、甘味料(スクラロース、ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、ソルビット、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・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
9月9日 (水)	牛肉のスタミナ焼き くずきりの油炒め 海老シューマイ レンコンの煮物 しらたきのポン酢和え もやしとわかめのサラダ たくあん	熱量 390kcal 蛋白質 8g 脂質 20g 炭水化物 44g カルシウム 52mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(V. B2、カロチノイド、カラメル色素、紅麹)、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、V. B1、水酸化Ca、香辛料抽出物、pH調整剤 (一部に卵・小麦・エビ・カニ・大豆・ごま・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
9月10日 (木)	メバルの塩焼き 切干大根のおかか煮 茶碗蒸し風 かぼちゃのバターソテー ゆば風こんにゃくの酢味噌和え 青菜のマヨサラダ 昆布佃煮	熱量 379kcal 蛋白質 13g 脂質 13g 炭水化物 51g カルシウム 155mg 食塩相当量 2.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、ソルビット、トハラース、加工澱粉、酒精、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さばを含む)
9月11日 (金)	デミグラスミンチカツ 麻婆春雨 インゲンの鶏がら炒め じゃが芋のオリブソテー チンゲン菜のごま和え ところてん らっきょう漬け	熱量 405kcal 蛋白質 8g 脂質 19g 炭水化物 48g カルシウム 21mg 食塩相当量 2.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド)、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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、アルギニン、加工澱粉、酒精、塩化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)

【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。