

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14日 (月)	かに玉の天ぷら スパゲティーソテー じゃがバター インゲンの甘煮 大豆のポン酢サラダ しらたきの中華和え わさび菜お浸し	熱量 420kcal 蛋白質 12g 脂質 18g 炭水化物 51g カルシウム 42mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト、紅麹)、保存料(ソルビン酸K)、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、乳化剤、香料、V. B1、水酸化Ca、トレハロース、加工澱粉、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・か・大豆・ごま・セラチンを含む)
9月15日 (火)	チキンステーキ 牛蒡の油炒め 高野のごま煮 春雨とちくわのソテー きくらげの錦糸和え 素麺サラダ 黒豆	熱量 391kcal 蛋白質 19g 脂質 15g 炭水化物 43g カルシウム 70mg 食塩相当量 3.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト)、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、リン酸塩Na、V. B1、クエン酸Na、加工澱粉、重曹、炭酸Na、炭酸水素Na、加工澱粉、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
9月16日 (水)	さわらの塩焼き キャベツのみそ炒め 肉団子のケチャップ煮 ひじきの炒め煮 うまい菜のピーナッツ和え ペンのイタリアンサラダ つぼ漬け	熱量 362kcal 蛋白質 14g 脂質 13g 炭水化物 44g カルシウム 79mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、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、加工澱粉、酒精、酢酸、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
9月17日 (木)	茄子の肉はさみ天 角こんにゃくの炒め煮 里芋の煮物 くずきりのソテー もやしのおろし醤油和え 卵サラダ オクラと湯葉のお浸し	熱量 382kcal 蛋白質 10g 脂質 19g 炭水化物 40g カルシウム 35mg 食塩相当量 2.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト、カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸Na)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、膨張剤、乳化剤、V. B1、水酸化Ca、グリシン、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・さば・鶏肉・豚肉を含む)
9月18日 (金)	いかミンチフライ ミニオムレツ マカロニのコンソメソテー カリフラワーのナムル ビーフンと椎茸のごま和え ブロッコリーのフレンチサラダ 福神なめこ	熱量 405kcal 蛋白質 11g 脂質 19g 炭水化物 46g カルシウム 29mg 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)、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、酒精、pH調整剤 (一部に卵・小麦・大豆・か・ごま・セラチン・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。