

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
10月26日 (月)	海老しんじょの天ぷら くずきりのバターソテー 豆腐田楽 カリフラワーのシャキシャキ炒め 牛蒡のわさび和え ピーマンのかにかまサラダ 野沢菜昆布	熱量 390kcal 蛋白質 10g 脂質 18g 炭水化物 44g カルシウム 98mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト、紅麴)、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、膨張剤、乳化剤、香料、V. B1、豆腐用凝固剤、グリシン、トハラース、加工澱粉、貝Ca、酒精、酢酸Na、炭酸Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・エヒ・カニ・大豆・ごま・さば・豚肉を含む)
10月27日 (火)	豚肉の焼肉風 大根とツナの甘辛炒め じゃが芋と昆布の煮物 しらたきと油揚げの酢の物 もやしと人参のごま和え マカロニサラダ 福神漬	熱量 381kcal 蛋白質 11g 脂質 16g 炭水化物 46g カルシウム 93mg 食塩相当量 2.4g	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、V. B1、塩化Mg、水酸化Ca、香辛料抽出物、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・牛肉を含む)
10月28日 (水)	かにシューマイ スパゲティのインディアンソテー 春巻き インゲンのポン酢炒め 青菜のからし和え レタスの海藻サラダ うぐいす豆	熱量 404kcal 蛋白質 12g 脂質 17g 炭水化物 48g カルシウム 128mg 食塩相当量 4.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト、カラメル色素、紅麴)、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、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、乳酸Ca、pH調整剤 (一部に卵・小麦・カニ・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
10月29日 (木)	牛肉コロッケ レンコンときくらげのソテー 野菜角煮の煮物 オクラと切干大根のナムル ビーフンの中華和え ブロッコリーのサラダ 味付きめかぶ	熱量 412kcal 蛋白質 10g 脂質 18g 炭水化物 53g カルシウム 130mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト)、保存料(ポリリン)、甘味料(アセスルファムK、スクラロース)、酸化防止剤(V.C.、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、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、ミウバン、リン酸Ca、香辛料抽出物、酒精、酢酸、硫酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・ゼラチン・魚醤(魚介類)・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
10月30日 (金)	ホッケの塩焼き こんにやくチャプチェ 麩と椎茸の煮物 団子揚げ かぼちゃのタルタルサラダ チンゲン菜と舞茸の和え物 かつば漬	熱量 387kcal 蛋白質 11g 脂質 16g 炭水化物 47g カルシウム 47mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、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、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)

【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。