

おかやまコープ たべてん便 献立表【おかずコース】

日 付	献 立	食品成分	原材料アレルギー表示
6月16日 (月)	団子のポン酢炒め じゃが芋のバターソテー ちくわの磯辺揚げ 高野の煮物 大根のイタリアンサラダ たたき胡瓜 うぐいす豆	熱量 388kcal 蛋白質 11g 脂質 19g 炭水化物 42g カルシウム 65mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイト色素)、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、グリセリン脂肪酸エステル、トレハロース、加工澱粉、酒精、重曹、炭酸Ca、乳酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
6月17日 (火)	タラフライ きくらげ入りけんちん煮 茶碗蒸し風 もやしと舞茸の炒め物 ほうれん草のおかか和え 牛蒡のシーザーサラダ 味付きザーサイ	熱量 360kcal 蛋白質 11g 脂質 16g 炭水化物 41g カルシウム 60mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素)、保存料(ホリジン)、甘味料(ステビア、甘草、アセスルファムK、スクロース)、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、香辛料抽出物、酒精、乳酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
6月18日 (水)	豆腐ハンバーグ 野菜のかき揚げ ペンのインディアンソテー かぼちゃのピーナッツ炒め インゲンののり和え オニオンサラダ たくあん	熱量 380kcal 蛋白質 9g 脂質 20g 炭水化物 39g カルシウム 211mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイト色素、カラメル色素)、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、香料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、貝Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉を含む)
6月19日 (木)	かに玉風青じそおろしかけ くずきりのソース炒め だし醤油厚揚げ焼き カリフラワーと椎茸のソテー 海藻のフレンチサラダ ブロッコリーのからし和え のり高菜	熱量 361kcal 蛋白質 8g 脂質 15g 炭水化物 47g カルシウム 140mg 食塩相当量 3.8g	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)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、ソルビット、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酒精、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に卵・小麦・カニ・大豆・ごま・さば・ゼラチン・鶏肉・豚肉を含む)
6月20日 (金)	味噌ソース揚げシューマイ 玉子ロール ひじきと枝豆のソテー 菜の花と昆布のナムル 白菜のゆかり和え ビーフンの白湯サラダ 甘酢らっきょう	熱量 387kcal 蛋白質 9g 脂質 19g 炭水化物 44g カルシウム 89mg 食塩相当量 3.3g	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、ソルビット、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、V. B1、加工澱粉、酒精、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・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。