

おかやまコープ たべてん便 献立表【御弁当コース】 ※「岡山県産こしひかり」が使用されています。

日付	献立	食品成分	原材料アレルギー表示
9月18日 (月)	お届けはお休みに なります。	熱量 蛋白質 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当量	
9月19日 (火)	鶏天 高野のわかめ煮 ビーフソテー 茄子のおかか和え 福神山くらげ 黒ごまいなり	熱量 479kcal 蛋白質 14g 脂質 16g 炭水化物 68g カルシウム 50mg 食塩相当量 2.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド、銅葉緑素)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V. C)、増粘剤(加工澱粉、増粘多糖類)、V. B1、酒精、加工澱粉、重曹、炭酸Ca、乳酸Ca、凝固剤、酸味料、膨張剤、乳化剤、リン酸塩(Na)、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)
9月20日 (水)	赤魚の塩焼き 春雨の中華ソテー ピーマンの肉詰めフライ ブロッコリーのシーザーサラダ 黒豆 白飯	熱量 439kcal 蛋白質 14g 脂質 9g 炭水化物 72g カルシウム 7mg 食塩相当量 1.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル)、保存料(ポリリン酸)、甘味料(ステビア、甘草、アセスルファムK)、酸化防止剤(V. C)、増粘多糖類、V. B1、ピロリン酸Na、加工澱粉、乳酸Ca、酸味料、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・ゼラチンを含む)
9月21日 (木)	肉団子の焼き肉風 フレンチスパゲティソテー 枝豆がんもの煮物 くずきりのゆず醤油和え つぼ漬け 白飯	熱量 540kcal 蛋白質 15g 脂質 14g 炭水化物 85g カルシウム 31mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、酸化防止剤(V. E、ローズマリー抽出物)、増粘剤(加工澱粉、増粘多糖類)、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、凝固剤、酸味料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・牛肉・もも・りんごを含む)
9月22日 (金)	いかと野菜のミンチカツ 麻婆大根 焼き餃子 インゲンの煮びたし のり佃煮 白飯	熱量 471kcal 蛋白質 12g 脂質 10g 炭水化物 81g カルシウム 22mg 食塩相当量 2.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V. C、V. E、生コーヒー豆抽出物)、増粘多糖類、卵殻Ca、V. B1、ソルビット、香辛料抽出物、酒精、酸味料、乳化剤、香料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・いか・ごま・さば・鶏肉・豚肉・牛肉・りんごを含む)

【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。