

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	原材料アレルゲン表示
9月25日 (月)	生姜焼きチキンステーキ 菜の花と椎茸の炒り煮 インゲンの白湯ソテー スパゲティサラダ ずいき 白飯	熱量 419kcal 蛋白質 16g 脂質 9g 炭水化物 67g カルシウム 17mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル)、甘味料(スクラロース、ステビア、甘草)、酸化防止剤(V. C、V. E)、増粘剤(加工澱粉、増粘多糖類)、卵殻Ca、酵素、香辛料抽出物、V. B1、グリシン、酒精、水酸化Ca、炭酸Na、重曹、酸味料、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・オレンジ・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉・ゼラチンを含む)
9月26日 (火)	あじフライ たまごロール ペンのインディアンソテー 玉葱とわかめの青じそ和え 桜漬け 焼き豚チャーハン	熱量 497kcal 蛋白質 14g 脂質 16g 炭水化物 72g カルシウム 34mg 食塩相当量 3.0g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド、紅麴、野菜色素)、甘味料(ステビア、ソルビット、甘草、スクラロース)、酸化防止剤(V. C、V. E)、増粘多糖類、V. B1、クエン酸、加工澱粉、酢酸、酸味料、乳化剤、香料、苦味料、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27日 (水)	肉団子の南部焼 野菜天ぷら ビーフソテー 小松菜のゆかり和え 昆布豆 白飯	熱量 465kcal 蛋白質 13g 脂質 11g 炭水化物 76g カルシウム 63mg 食塩相当量 2.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V. E、生コーヒー豆抽出物)、増粘多糖類、卵殻Ca、加工澱粉、V. B1、酒精、ソルビット、トレハロース、酸味料、膨張剤、乳化剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉を含む)
9月28日 (木)	メバルの塩焼き チャプチェ じゃがコーンソテー もやしのからし和え 甘酢らっきょう 白飯	熱量 441kcal 蛋白質 12g 脂質 10g 炭水化物 74g カルシウム 19mg 食塩相当量 1.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、甘味料(ステビア、甘草)、V. B1、香辛料抽出物、酸味料、香料、pH調整剤(一部に小麦・大豆・ごま・さばを含む)
9月29日 (金)	鶏のタルタルから揚げ チンゲン菜とさつま揚げの炒め物 ウイナーと切干のソテー キャベツのもろみ和え きのこの佃煮風 白飯	熱量 473kcal 蛋白質 10g 脂質 13g 炭水化物 78g カルシウム 83mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル)、発色剤(亜硝酸Na)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、漂白剤(亜硫酸塩)、酸化防止剤(V. C)、増粘剤(加工澱粉、増粘多糖類)、V. B1、ポリリン酸Na、加工澱粉、炭酸Ca、酸味料、膨張剤、香料、苦味料、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・ゼラチンを含む)

【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。