

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
5月6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	
5月7日 (火)	タルタルチキンカツ たまごロール きざみ揚げときくらの煮物 チンゲン菜の中華和え 福神わかめ たぬきご飯	熱量 463kcal 蛋白質 12g 脂質 16g 炭水化物 69g カルシウム 43mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、カラメル色素)、甘味料(ステビア、ソルビット、甘草、スクロース)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、香辛料抽出物、V.B1、グリシン、加工デンプン、酸味料、香料、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・いか・さば・鶏肉を含む)
5月8日 (水)	ホッケの塩焼き 麻婆大根 里芋煮 胡瓜のからし和え しば漬け 白飯	熱量 456kcal 蛋白質 12g 脂質 12g 炭水化物 75g カルシウム 32mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.C.、V.E.)、卵殻Ca、V. B1、ソルビット、加工デンプン、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・ごま・さば・鶏肉・豚肉を含む)
5月9日 (木)	豚肉のしゃぶしゃぶ風 こんにやくチャプチェ 海老シューマイ あおさポテトサラダ うぐいす豆 白飯	熱量 525kcal 蛋白質 13g 脂質 17g 炭水化物 78g カルシウム 39mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド色素、カラメル色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、V. B1、加工デンプン、酒精、乳酸Ca、乳化剤、香料、酸味料、凝固剤、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・Eヒ・カニ、大豆・ごま・サケ・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
5月10日 (金)	エビクリームコロッケ マカロニのインディアンソテー 野菜角揚げ煮 ビーフンとピーマンのサラダ 生姜高菜 白飯	熱量 519kcal 蛋白質 11g 脂質 11g 炭水化物 94g カルシウム 26mg 食塩相当量 2.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド色素、クチナン)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、V. B1、加工デンプン、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・Eヒ・カニ、大豆・ごま・ゼラチン・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。