

おかやまコープ たべてん便 献立表【なごみおかず】

日 付	献 立	食品成分	原材料アレルギー表示
9月25日 (月)	赤魚の味噌焼き 肉団子の甘酢あんかけ 高野とコーンの炒め物 菜の花の信田煮 レンコンと枝豆のソテー ポテトサラダ しらたきの和風ドレッシング和え しろ菜のナムル	熱量 422kcal 蛋白質 18g 脂質 17g 炭水化物 46g カルシウム 61mg 食塩相当量 3.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル)、甘味料(ステビア、甘草)、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、グルコン酸鉄、ミョウバン、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、炭酸K、凝固剤、水酸化Ca、酸味料、リン酸塩(Na)、苦味料、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・りんごを含む)
9月26日 (火)	鶏かぼちゃコロッケ(ウスターソース別添) がんものカニ風味あんかけ ツイストマカロニのソテー 茄子の生姜煮 インゲンの高菜炒め ブロッコリーのサラダ 長芋のかつお風味和え 白花豆の甘煮	熱量 461kcal 蛋白質 14g 脂質 19g 炭水化物 57g カルシウム 32mg 食塩相当量 3.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(ウコン、カラメル、カロチノイド、クチナシ、紅麴)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V. C、V. E、ローズマリー抽出物)、増粘多糖類、V. B1、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、酢酸、炭酸Ca、酸味料、乳化剤、香料、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・かに・大豆・ごま・鶏肉・やまいもを含む)
9月27日 (水)	さばの照焼き ピーマン肉詰めフライ もやしと切干の煮物 ビーフンのガーリックソテー 小松菜の卵炒め ひじきサラダ 胡瓜の梅肉和え 野沢菜昆布	熱量 443kcal 蛋白質 15g 脂質 22g 炭水化物 46g カルシウム 143mg 食塩相当量 3.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(野菜色素、カラメル、カロチノイド)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、酸化防止剤(V. B1、ローズマリー抽出物)、増粘剤(加工澱粉、増粘多糖類)、酒精、グリシン、ピロリン酸Na、香辛料抽出物、酢酸Na、酸味料、苦味料、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉・りんごを含む)
9月28日 (木)	黒ゴマチキンステーキ ちくわと野菜の天ぷら 春雨と玉葱のオリーブソテー こんにゃくとメンマの甘辛炒め 牛蒡と揚げの煮物 キャロットサラダ じゃが芋のからし和え しその実オクラ	熱量 481kcal 蛋白質 18g 脂質 18g 炭水化物 60g カルシウム 54mg 食塩相当量 3.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(亜硫酸塩)、酸化防止剤(V. C、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、V. B1、トレハロース、ミョウバン、香辛料抽出物、炭酸Na、重曹、凝固剤、水酸化Ca、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩(Na)、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)
9月29日 (金)	タラかつ 麻婆豆腐 かぼちゃと刻み昆布の煮物 ペンネのフレンチソテー チンゲン菜のマヨ炒め カリフラワーの酢の物 大豆の錦糸和え らっきょう漬	熱量 455kcal 蛋白質 17g 脂質 21g 炭水化物 47g カルシウム 112mg 食塩相当量 3.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(フラボノイド、カロチノイド、カラメル)、甘味料(ステビア、甘草、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(加工澱粉、増粘多糖類)、安定剤(加工澱粉)、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、凝固剤、酸味料、膨張剤、苦味料、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。