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	原材料アレルゲン表示
6月23日 (月)	豚肉の生姜焼き 白身梅しそフライ 高野の卵とじ かぼちゃのオリーブソテー 椎茸と春雨のソテー インゲンのタルタルサラダ オクラのポン酢和え しば漬け	熱量 466kcal 蛋白質 16g 脂質 22g 炭水化物 49g カルシウム 61mg 食塩相当量 3.7g	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)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、V. B1、グリセリン脂肪酸エステル、ソルビット、香辛料抽出物、次亜塩素酸Na、酒精、重曹、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
6月24日 (火)	さわらの塩焼き 野菜角煮の炊き合わせ ウインナーとスパゲティのソテー なすの生姜煮 小松菜のマヨ炒め 角切りサラダ 菜の花のかつお風味和え 高菜漬	熱量 474kcal 蛋白質 21g 脂質 19g 炭水化物 53g カルシウム 41mg 食塩相当量 3.3g	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)、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)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、リン酸塩Na、V. B1、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、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)
6月25日 (水)	バーベキューハンバーグ ちくわの磯辺揚げ 切干大根煮 ほうれん草のバターソテー ツナとひじきの炒め物 もやしのピーナッツサラダ こんにゃくとエリンギの和え物 のり佃煮	熱量 468kcal 蛋白質 17g 脂質 18g 炭水化物 57g カルシウム 232mg 食塩相当量 3.7g	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)、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)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、膨張剤、乳化剤、香料、リン酸塩Na、安定剤V. B1、トハロース、加工澱粉、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・落花生・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
6月26日 (木)	赤魚の味噌焼き 豚シューマイ ビーフンの韓国風味炒め ごぼうの土佐煮 長芋のガーリックソテー 大豆とわかめのサラダ ピーマンのからし和え 桜漬け	熱量 453kcal 蛋白質 14g 脂質 19g 炭水化物 54g カルシウム 48mg 食塩相当量 3.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草、スクラロース)、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・山芋・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
6月27日 (金)	鶏からの南蛮漬け風 豆腐しんじょの甘酢あん チンゲン菜とさつま揚げの中華煮 マカロニの和風おろし炒め ブロッコリーのケチャップソテー くずきりのごま和え 白菜のオーロラサラダ うぐいす豆	熱量 500kcal 蛋白質 14g 脂質 26g 炭水化物 49g カルシウム 48mg 食塩相当量 3g	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)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、膨張剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、キシロース、加工澱粉、貝Ca、香辛料抽出物、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・さば・りんご・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)

【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。