

おかやまコープ たべてん便 献立表【おかずコース】

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 挽肉とかぼちゃの炒め物 茄子のおかか和え 胡瓜のグリーンサラダ 福神山くらげ	熱量 372kcal 蛋白質 12g 脂質 18g 炭水化物 39g カルシウム 56mg 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、香辛料抽出物、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 れんこんの炒め物 ブロッコリーのシーザーサラダ 小松菜のごま和え 黒豆	熱量 320kcal 蛋白質 11g 脂質 11g 炭水化物 43g カルシウム 49mg 食塩相当量 1.9g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル)、保存料(ポリリジン)、甘味料(ステビア、甘草、アセスルファムK)、漂白剤(亜硫酸塩)、酸化防止剤(V. C)、増粘多糖類、V. B1、ピロリン酸Na、ミョウバン、加工澱粉、乳酸Ca、酸味料、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・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 ピーマンのナムル くずきりのゆず醤油和え 玉葱のピーナツサラダ つぼ漬け	熱量 391kcal 蛋白質 12g 脂質 16g 炭水化物 48g カルシウム 34mg 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・落花生・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・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 もやしの錦糸和え 菜の花の中華サラダ のり佃煮	熱量 342kcal 蛋白質 10g 脂質 15g 炭水化物 39g カルシウム 24mg 食塩相当量 3.2g	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)、酸化防止剤(V. C、V. B1、ローズマリー抽出物)、増粘多糖類、香辛料抽出物、ソルビット、加工澱粉、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・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。

たべてん便のお問い合わせは、たべてん便受注センター 0120-014-899

月～金 受付時間9:00～17:00まで お気軽にお問合せください。