

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
8月12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	
8月13日 (火)	ミンチカツ玉葱酢かけ インゲンとしその実の煮物 かぼちゃとわかめの炒め物 蓮根のごまみそ田楽 もやしの酢の物 スパゲティサラダ しば漬け	熱量 391kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 49g カルシウム 45mg 食塩相当量 2.9g	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)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、膨張剤、グリセリン脂肪酸エステル、香料、L-アルギニン、酵素、V. B1、ソルビット、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、乳酸Ca、塩化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・セラチン・鶏肉・牛肉を含む)
8月14日 (水)	ホッケの塩焼き しめじとキャベツの炒め物 春巻き 大根と昆布の炒め物 ところてん ひじきの中華サラダ うぐいす豆	熱量 369kcal 蛋白質 10g 脂質 15g 炭水化物 48g カルシウム 78mg 食塩相当量 2g	調味料(アミノ酸等)、甘味料(ステビア、ソルビット、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香辛料抽出物、V. B1、酒精、乳酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・鶏肉を含む)
8月15日 (木)	サイコロハムのバーベキュー焼き 牛蒡のすき焼き風煮 ちくわの磯辺揚げ 三色こんにゃくのソテー 菜の花のフレンチサラダ 揚げと玉葱の酢の物 オクラと湯葉のおひたし	熱量 409kcal 蛋白質 10g 脂質 21g 炭水化物 44g カルシウム 34mg 食塩相当量 2.8g	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)、漂白剤(亜硫酸Na)、酸化防止剤(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、豆腐用凝固剤、V. B1、加工澱粉、グリシン、トハロース、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・鶏肉・牛肉を含む)
8月16日 (金)	イカと野菜のタルタルフライ 春雨とマッシュルームのごま醤油炒め 茄子の抹茶塩 マカロニチャプチェ きくらげのシーザーサラダ 小松菜のからし和え のり佃煮	熱量 385kcal 蛋白質 9g 脂質 19g 炭水化物 43g カルシウム 71mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、保存料(ポリリン)、甘味料(ステビア、甘草)、アセスルファムK、スクラロース、酸化防止剤(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、香料、V. B1、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・イカ・ごま・さばを含む)

【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・キャップにご確認ください。

※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。