

# 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19日 (月)	バーベキューチキン マカロニのソース炒め けんちん炒め カリフラワーの青じそ炒め しらたきのごま和え クリーミーエッグ しば漬け	熱量 371kcal 蛋白質 14g 脂質 15g 炭水化物 43g カルシウム 47mg 食塩相当量 3.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイド色素)、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、乳化剤、香料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、酒精、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・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
8月20日 (火)	海老しんじょの天ぷら きんぴらごぼう 木綿豆腐の冷奴 ピーマンのナムル 茄子のフレンチサラダ くずきりの中華和え ずいき	熱量 392kcal 蛋白質 8g 脂質 20g 炭水化物 44g カルシウム 101mg 食塩相当量 2.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイド色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草)、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、豆腐用凝固剤、V. B1、グリシン、トハラース、香辛料抽出物、酒精、酢酸Na、水酸化Ca、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・Ei・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉を含む)
8月21日 (水)	肉団子の南部焼 切干の炒め煮 揚げ海老シューマイ きくらげのバターソテー もろきゅう チンゲン菜のしその実和え 山菜煮	熱量 383kcal 蛋白質 11g 脂質 16g 炭水化物 48g カルシウム 116mg 食塩相当量 3.1g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、紅麴、銅葉緑素)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸Na)、酸化防止剤(V. C.)、酸味料、香料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、酒精、豆腐用凝固剤、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・Ei・カニ・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
8月22日 (木)	さばの塩焼き 大根のそぼろ煮 サイコロ高野の磯辺揚げ もやしとマッシュルームのソテー 大豆のイタリアンサラダ かぼちゃの生姜醤油和え 黒豆	熱量 375kcal 蛋白質 16g 脂質 16g 炭水化物 39g カルシウム 55mg 食塩相当量 1.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カチノイド色素)、甘味料(ステビア、甘草)、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)、膨張剤、乳化剤、香料、酸味料、V. B1、グリセリン脂肪酸エステル、トハラース、香辛料抽出物、重曹、レシチン、加工澱粉、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)
8月23日 (金)	ハムカツ 玉子ロール じゃがコーンソテー うの花炒り煮 素麺のわさび醤油和え アスパラ入りマセドアンサラダ ピリ辛こんにゃく	熱量 386kcal 蛋白質 9g 脂質 18g 炭水化物 46g カルシウム 16mg 食塩相当量 3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カチノイド色素)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ステビア、ソルビット、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、香料、リン酸塩Na、苦味料、加工澱粉、V. B1、くん液、トハラース、香辛料抽出物、pH調整剤 (一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・さば・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)

【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。