

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
3月17日 (月)	タルタル海老シューマイ 切干の油炒め 厚揚げ焼き キャベツのソース炒め きくらげのわさび和え 菜の花のピーナッツサラダ 昆布佃煮	熱量 381kcal 蛋白質 9g 脂質 17g 炭水化物 46g カルシウム 155mg 食塩相当量 2.8g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、紅麴)、甘味料(ステビア、甘草、スクロース)、酸化防止剤(V.E.)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、ソルビット、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に卵・小麦・E.C.・カニ・大豆・ごま・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
3月18日 (火)	梅ささみフライ インゲンとこんにゃくの煮物 ぼたもち(加熱しないでください) チンゲン菜のカニかま炒め 大豆のしば和え グリーンスパゲティサラダ 福神漬	熱量 376kcal 蛋白質 8g 脂質 19g 炭水化物 41g カルシウム 30mg 食塩相当量 2.7g	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、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、香料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、水酸化Ca、炭酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・鶏肉を含む)
3月19日 (水)	赤魚の塩焼き 白菜のけんちん煮 茶碗蒸し風 ブロッコリーのマヨ炒め ツイストマカロニのフレンチサラダ もろきゅう うぐいす豆	熱量 361kcal 蛋白質 15g 脂質 13g 炭水化物 44g カルシウム 20mg 食塩相当量 2.5g	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)、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸化防止剤(V. C.)、酸味料、V. B1、豆腐用凝固剤、加工澱粉、酒精、乳酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・セラチン・鶏肉・豚肉を含む)
3月20日 (木)	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	
3月21日 (金)	カニクリームコロッケ くずきりチャプチェ かぼちゃとグリーンピースのバターソテー カリフラワーのコンソメ煮 根菜サラダ オクラと高野の中華和え たくあん	熱量 382kcal 蛋白質 7g 脂質 18g 炭水化物 47g カルシウム 79mg 食塩相当量 3.3g	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、乳化剤、香料、V. B1、カゼインNa、グリセリン脂肪酸エステル、ソルビット、香辛料抽出物、重曹、酢酸Na、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・E.C.・カニ・大豆・ごま・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。

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。