

おかやまコープ たべてん便 献立表【おかず7品コース】

日 付	献 立	食品成分	原材料アレルギー表示
6月23日 (月)	白身梅しそフライ チンゲン菜と高野の炒め物 菜の花とペンネのコンソメ煮 インゲンのオリブソテー しらたきのごま和え 素麺サラダ 黒豆	熱量 394kcal 蛋白質 12g 脂質 17g 炭水化物 46g カルシウム 65mg 食塩相当量 3.3g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素)、甘味料(ステビア)、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、乳化剤、V. B1、水酸化Ca、グリセリン脂肪酸エステル、加工澱粉、香辛料抽出物、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・ごま・さば・鶏肉・豚肉を含む)
6月24日 (火)	鶏肉の南部焼 ちくわときくらげの煮物 じゃがコーンソテー ピーマンとくずきりの炒め物 小松菜の錦糸和え なます 昆布佃煮	熱量 365kcal 蛋白質 13g 脂質 14g 炭水化物 45g カルシウム 41mg 食塩相当量 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、香料、リン酸塩Na、V. B1、ソルビット、酒精、加工澱粉、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉を含む)
6月25日 (水)	鱒の塩焼き 切干チャップチェ 蒸餃子 かぼちゃと枝豆のバターソテー もやしのからし和え ところてん つぼ漬け	熱量 363kcal 蛋白質 13g 脂質 15g 炭水化物 42g カルシウム 115mg 食塩相当量 2.3g	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)、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、加工澱粉、香辛料抽出物、酒精、pH調整剤(一部に乳成分・小麦・大豆・ごま・さけ・さば・鶏肉・豚肉を含む)
6月26日 (木)	野菜コロッケ きんぴらごぼう 木綿豆腐の冷奴 大根と椎茸の炒め煮 ほうれん草とかにかまの酢の物 根菜サラダ きやらつく	熱量 389kcal 蛋白質 10g 脂質 21g 炭水化物 39g カルシウム 96mg 食塩相当量 2.7g	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、紅麴)、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、豆腐用凝固剤、加工澱粉、酒精、酢酸Na、炭酸Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・か・大豆・ごま・さばを含む)
6月27日 (金)	海鮮シューマイ 春雨とマッシュルームのごま醤油炒め 肉団子のケチャップ煮 カリフラワーのマリネ 大豆の中華和え ポテトサラダ 福神なめこ	熱量 380kcal 蛋白質 10g 脂質 16g 炭水化物 47g カルシウム 24mg 食塩相当量 2.5g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、紅麴)、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、V. B1、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・Eヒ・か・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。