

# アゴおばさんの健康弁当



「アゴおばさんの健康弁当」 各種弁当 雨天キャンセルOK!

■今週のメニュー■

3月19日～3月24日

ホームページにも掲載中! <http://agoben.com/>

3/19(月)	3/20(火)	3/21(水)
アゴおばさんの健康弁当	アゴおばさんの健康弁当	アゴおばさんの健康弁当
御飯 豚肉のヒリ辛生姜焼き 炊き合わせ 春雨のサラダ キャベツとあさりの酢の物 アスパラコンソテー 玉葱と竹輪のかき揚げ 漬物 	御飯 鯖の竜田揚げ 干し大根煮 チンジャオロース 蓮根の梅酢煮 ミモザサラダ 蟹カマ海苔巻天 スパハジルソテー よもぎ餅 	春 分 の 日
◎☆※ エネルギー：658kcal	◎☆※△ エネルギー：694kcal	
3/22(木)	3/23(金)	3/24(土)
アゴおばさんの健康弁当	アゴおばさんの健康弁当	アゴおばさんの健康弁当
鶏御飯 秋刀魚の甘酢蒲焼 もやし中華炒め がんも、アスパラ煮 青菜のピーナツ和え 柚子胡椒サラダ バジルペンネ 漬物 	御飯 ハンバーグ ブロッコリーオイスター炒め 白和え 五目煮 スパゲティサラダ フライドポテト 漬物 	御飯 白身魚のフライ 牛蒡蒸し鶏サラダ 若布の卵とじ ピーマン突きコン煮 菜の花浸し 焼そば 漬物 
◎☆□ エネルギー：735kcal	◎☆ エネルギー：726kcal	◎☆※ エネルギー：743kcal

アレルギー物質:卵…◎ 乳…※ 小麦…☆ 蕎麦…◆ 落花生…□ えび…▼ かに…△

3/19～の週の季節弁当は

## ホワイトカレーオムライスです

620円(税込)

※木曜と土日祝はございません

※前日までのご予約をおねがいします

※材料の都合により予告なくメニューが変更になる場合がございます。

※14時までにお召し上がり下さい。

丸藤伸興アゴおばさん弁当  
有限会社

電話 21-3995  
電話 31-5577

※国産米使用