

# 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■

11月13日～11月18日

ホームページにも掲載中! <http://agoben.com/>

11/13(月)	11/14(火)	11/15(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 豚ソテーホワイトカレーかけ 大豆ひじき煮 酢味噌和え 青菜のウインナー炒め シェルベジサラダ フライドポテト 生野菜 漬物 	御飯 鯖の味噌煮 炊き合わせ 南瓜のマリネ 山吹和え かき揚げ ブロッコリーの胡麻和え 漬物 	御飯 メンチカツ ふろふきかぶらの肉みそかけ ジャーマンポテト 茄子煮 コールスローサラダ カレーペンネ 漬物 
◎☆☆	◎☆☆	◎☆☆
エネルギー：724kcal	エネルギー：628kcal	エネルギー：681kcal
11/16(木)	11/17(金)	11/18(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 白身魚の錦揚げ 白菜の炒め物 おからの酢の物 インゲンとツナの煮物 ブロッコリーと竹輪のサラダ 生野菜 漬物 	御飯 豆腐ひじきハンバーグ 吉野煮 青菜のピーナツ和え キャベツの味噌炒め 牛蒡サラダ ナポリタン 漬物 	御飯 秋刀魚のアヒージョ風 野菜のオイスター炒め 高野と茄子の煮物 カリフラワーの胡麻酢あえ ヌードルサラダ きのこのかき揚げ 生野菜 漬物 
◎☆☆	◎☆☆□	◎☆☆
エネルギー：633kcal	エネルギー：670kcal	エネルギー：729kcal

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



620円

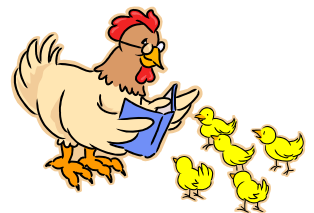
※材料の都合により予告なくメニューが変更になる場合がございます。

※国産米使用

11/13～の週の季節弁当は

とれめしです

※前日までのご予約をおねがいたします



※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