

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12日～11月17日

ホームページにも掲載中! <http://agoben.com/>

11/12(月)	11/13(火)	11/14(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 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：720kcal	エネルギー：630kcal	エネルギー：681kcal
11/15(木)	11/16(金)	11/17(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 インゲンとツナの煮物 おからの酢の物 白菜の炒め物 ブロッコリーと竹輪のサラダ はんぺん 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 秋刀魚と野菜のアヒージョ風 野菜のオイスター炒め 大豆、昆布煮 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：643kcal	エネルギー：675kcal	エネルギー：732kcal

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



11/12～の2週の季節弁当は

松茸御飯弁当です



※写真はイメージです

620円(税込)

※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