

# アゴおばさんの健康弁当



## 「アゴおばさんの健康弁当」

### ■今週のメニュー■

11月18日～11月23日

ホームページにも掲載中！ <http://agoben.com/>

11/18(月)	11/19(火)	11/20(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 豚肉甘酢炒め 茄子メンマおかか煮 牛蒡サラダ ブロccoliの中華炒め オムレツ 三角春巻き 漬物  ◎☆☆	御飯 煮鯖 大根と根菜つみれの煮物 玉葱の卵とじ 白菜のお浸し 焼そば いかドーナツフライ 漬物  ◎☆☆	御飯 ソースビーフカツ 昆布煮 おからの酢の物 里芋の利休煮 ブロccoliサラダ 大シューマイ たらこスパ フロマーージュブラン風プチケーキ  ◎☆☆
エネルギー：677kcal	エネルギー：759kcal	エネルギー：815kcal
11/21(木)	11/22(金)	11/23(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 ホッケ塩焼 白菜と豚肉のコンソメ煮 南瓜のマリネ ピーマン突きコン煮 コールスローサラダ カレーコロッケ バジルペンネ 漬物  ◎☆☆	御飯 メンチカツ じゃが芋の旨煮 若布の卵とじ レンコンペペロンチーノ 大根の梅サラダ 舞茸スパッテー 漬物  ◎☆☆	<h1 style="color: red;">勤労感謝の日</h1>
エネルギー：672kcal	エネルギー：748kcal	

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

各種イベント・大会・集会等のお弁当は  
おまかせください

600円(税別)からお作りいたします



※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。

※お米は島根県産コシヒカリ使用

有限会社 アゴ弁

電話 21-3995  
電話 31-5577