

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■

5月19日～5月24日

ホームページにも掲載中！ <http://agoben.com/>

5/19(月)	5/20(火)	5/21(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 ピーマン肉詰めフライ 炊き合わせ 干大根の菜種和え かに玉ボール ソラメサラダ たらこスパ 漬物 ◎☆※△	御飯 鰯のからしマヨネーズ焼 麻婆茄子 酢の物(人参・もやし・葱) プチシュー 若布サラダ 厚切りソーセージカツ 漬物 ◎☆※	御飯 鶏肉と牛蒡の唐揚げ 炒めなます 若竹煮 インゲン胡麻炒め パンプキンキッシュ風 ブロッコリーカニカマサラダ 漬物 ◎☆※△
エネルギー：708kcal	エネルギー：684kcal	エネルギー：720kcal
5/22(木)	5/23(金)	5/24(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 鯖の韓国風焼き 昆布サラダ 野菜豆腐煮 落の梅酢煮 竹輪と人参のカレーマヨ炒め オクラのエビ詰め天 生野菜 漬物 ◎☆※▼	御飯 ホテサラ風コロッケ 牛蒡チャンプル キャベツピクルス インゲン、糸コン煮 ブロッコリーの中巻炒め 蓮根の山葵サラダ 漬物 ◎☆※	御飯 アジの梅照り焼き 八宝菜 パプリカとひじきの炒り煮 人参シリシリ じゃが芋ホットサラダ もろこし薩摩揚げ 焼うどん 漬物 ◎☆▼※
エネルギー：733kcal	エネルギー：680kcal	エネルギー：671kcal

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