

# アゴおばさんの健康弁当



**アゴ弁**  
AGOBEN

「アゴおばさんの健康弁当」

■今週のメニュー■

1月12日～1月17日

ホームページにも掲載中！ <http://agoben.com/>

1/12(月)	1/13(火)	1/14(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
<p style="text-align: center; color: red; font-size: 2em;">成 人 の 日</p>	御飯 鯖の生姜煮 干し大根の五色なます 白菜と竹輪の煮浸し カリフラワー・ベーコン煮 インゲン黒胡麻サラダ 蟹クリームコロッケ 漬物	御飯 豚肉と蓮根の甘酢炒め 刻み昆布の金平 五目巾着煮 しめじの酢の物 青菜のシーフード炒め 大シュウマイ 漬物
	◎☆※△	◎☆▼※
	エネルギー：665kcal	エネルギー：632kcal
1/15(木)	1/16(金)	1/17(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 ホッケ塩焼 オニオンサラダ 牛蒡の明太炒め かにのふわふわ豆腐煮 ブロッコリーの胡麻和え たこベジカツ 漬物	御飯 ホテサウ風コロッケ 筑前煮 酢の物(胡瓜、竹輪) 大豆ひじき煮 白菜和風コールスロー ナポリタン 漬物	御飯 赤魚粕漬焼 もやし中華炒め 青菜とえのきの浸し 南瓜煮 若布サラダ オクラのすり身詰め天 漬物
◎☆※	◎☆※	◎☆※
エネルギー：693kcal	エネルギー：758kcal	エネルギー：592kcal

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

1/12 ～ の週変わり弁当は  
**ちらし寿司弁当**です

730円(税込)

※前日午前中までのご予約をおねがいします  
 ※土日祝はございません

※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時までにの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