

# 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■

3月9日～3月14日

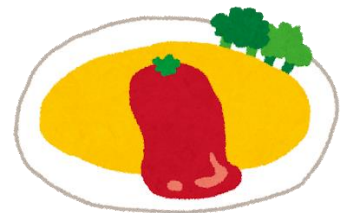
ホームページにも掲載中！ <http://agoben.com/>

3/9(月)	3/10(火)	3/11(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 豚肉の生姜焼 干し大根煮 キャベツとあさりの酢の物 豆腐の中華風葱味噌かけ 春雨のサラダ かにしぐれフライ 漬物	御飯 あじの紫蘇フライ 炊き合わせ(人参・角揚) チンジャオロース 蓮根の梅和え おからのサラダ 焼うどん 漬物	御飯 鶏肉の塩レモン唐揚 牛蒡の生姜煮 炒めなます キャベツボール 柚子胡椒サラダ いんげんシーフード炒め 漬物
◎☆※△	◎☆※	◎☆▼※
エネルギー：656kcal	エネルギー：590kcal	エネルギー：714kcal
3/12(木)	3/13(金)	3/14(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 マスの照り焼き 野菜豆腐煮 麻婆人参 青菜のピーナツ和え ポテトサラダ かき揚(玉葱、干海老) 漬物	御飯 ロコモコ風ハンバーグ スパゲティサラダ ほうれん草の白和え 五目煮 ブロッコリー炒め ハートコロッケ 漬物	御飯 サバのカレー天 若布の卵とじ 菜の花浸し ピーマン突きコン煮 牛蒡蒸し鶏サラダ ハムステーキ たらこスパ ぷちもっちーな
◎☆※□▼	◎☆※	◎☆※
エネルギー：670kcal	エネルギー：807kcal	エネルギー：668kcal

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

3/9～の週変わり弁当は

**明太クリームオムライス**です



730円(税込)

※土日祝はございません

※前日午前中までのご予約をおねがいします

※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