

# 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■

6月8日～6月13日

ホームページにも掲載中！ <http://agoben.com/>

6/8(月)	6/9(火)	6/10(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 鰯磯部揚げ ワラビの煮物 人参とツナの卵炒め 茄子ピーマン煮 ひじきサラダ 枝豆天 ツイストマカロニ 漬物  ◎☆☆	御飯 酢豚 インゲン揚げ煮 三色ナムル もずくの酢の物 塩焼そば ポテトクランチ 漬物  ◎☆☆	御飯 ホッケの照り焼き じゃが芋旨煮 豆乳しんじょう蟹カマあんかけ ベーコンオイスターソース炒め 春雨サラダ かき揚げ(枝豆、玉葱) 漬物  ◎☆△※
エネルギー：677kcal	エネルギー：683kcal	エネルギー：640kcal
6/11(木)	6/12(金)	6/13(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
御飯 ソースとんかつ さっぱり煮 カリフラワーと干し海老の酢の物 青菜のピーナツ炒め ポテトサラダ シーフードスパゲティ 漬物  ◎☆▼※□	御飯 鰹土佐煮 青菜揚げ煮 高野の卵とじ つきこんぴり辛煮 小籠包 スパゲティサラダ 漬物  ◎☆	御飯 揚げ鶏の香味だれあえ 八宝菜 パプリカとひじきの炒り煮 冬瓜の煮物 インゲン黒胡麻サラダ コーンピースオムレツ 漬物  ◎☆▼※
エネルギー：772kcal	エネルギー：632kcal	エネルギー：612kcal

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

## 6月8日の週の週変わり冷麺は



**ませそば です**

※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