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■
１１月２日～１１月７日

ホームページにも掲載中！ http://agoben.com/

11/2(月)	11/3(火)	11/4(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 おろしトンカツ 青菜のｳｲﾝﾅｰ炒め 刻み昆布の金平 大根の酢味噌和え ｼｪﾙﾍﾞｼﾞｻﾗﾀﾞ ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾃﾄ 漬物 ◎☆※	文 化 の 日	御飯 チキンフライ（オーロラソース） ふろふきかぶらの肉みそがけ ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾟﾃﾄ 茄子煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ ｶﾚｰﾍﾟﾝﾈ 漬物 ◎☆※
エネルギー：741kcal		エネルギー：781kcal

11/5(木)	11/6(金)	11/7(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 きす天 ｲﾝｹﾞﾝとﾂﾅの煮物 おからの酢の物 白菜の炒め物 ブロッコリーと竹輪のサラダ はんぺん 漬物 ◎☆※	御飯 五目鶏団子煮 吉野煮 ｷｬﾍﾞﾂの味噌炒め 大根梅酢煮 蓮根の山葵ｻﾗﾀﾞ いかドーナツフライ 漬物 ◎☆▼※	御飯 鯖の照り焼き 野菜のｵｲｽﾀｰ炒め 大豆、昆布煮 ｶﾘﾌﾗﾜｰの胡麻酢あえ ヌードルサラダ きのこのかき揚げ 漬物 ◎☆※
エネルギー：614kcal	エネルギー：725kcal	エネルギー：623kcal

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。

※お米は島根県産コシヒカリ使用

※14時までにお召し上がり下さい。

有限会社　アゴ弁

電話　21－3995
電話　31－5577