

手造り弁当の 味彩庵 4月度B弁当献立表

アルプス食品株式会社 味彩庵
〒245-0063 横浜市戸塚区原宿2-61-10
tel.045-851-1161/fax.045-851-1244

月		火		水		木		金		土	
1	赤魚の 香草パン粉焼き 690k	2	赤魚の 胡麻醤油焼き 670k	3	揚赤魚の 甘酢あん 730k	4	赤魚の 西京焼き 660k	5	赤魚の レモンペッパー 焼き 680k	2	お休み
8	サバの 塩麴焼き 680k	9	サバの カレー揚げ 760k	10	サバの 胡麻醤油焼き 690k	11	揚サバの 野菜あん 760k	12	サバの 西京焼き 680k	9	お休み
15	鮭の バター醤油焼き 720k	16	鮭の 磯辺揚げ 760k	17	鮭の 香草パン粉焼き 730k	18	鮭の 胡麻醤油焼き 720k	19	鮭の ムニエル 730k	16	お休み
22	サワラの レモンペッパー 焼き 690k	23	サワラの バター醤油焼き 700k	24	サワラの 塩麴焼き 650k	25	サワラの 香草パン粉焼き 700k	26	揚サワラの 中華あん 760k	23	お休み
29	お休み	30	揚サバの ケチャップあん 760k	☆お魚の健康効果について☆ 魚を週に2回以上食べると心臓病の発症が減り、寿命を伸ばせるという研究が発表されております。 魚に含まれるDHA(ドコサヘキサ塩酸)やEPA(エイコサペンタエン酸)には、血液をサラサラにする作用があり、心疾患や脳血管疾患などの予防に効果的と言われております。							

※ 仕入れの都合により、メニューの一部が変更になる場合がございますが、何卒ご了承くださいませようお願いいたします。

※ 白米のみのカロリーは約370Kcalです。 ※ 写真はイメージになります。