

手造り弁当の 味彩庵 5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			
☆お魚の健康効果について☆ 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。								1	タラの バジル焼き 360k	2	白身魚 ケチャップあん 430k	3	お休み
5	バター醤油焼き 330k	6	胡麻醤油 焼き 370k	7	赤魚の ムニエル 330k	8	赤魚の 西京焼き 混ぜご飯 320k	9	赤魚の バジル焼き 340k	10	お休み		
12	サワラの 塩焼き 370k	13	白身魚の 中華あん 430k	14	サワラの 胡麻醤油 焼き 380k	15	サワラの ムニエル 340k	16	サワラの西京焼 き 330k	17	お休み		
19	カレイの バター醤油焼き 330k	20	カレイの 塩麴焼き 370k	21	白身魚の 甘酢あん 430k	22	カレイの 胡麻醤油 焼き 370k	23	カレイの ムニエル 330k	24	お休み		
26	ホッケの 七味焼き 360k	27	ホッケの バター醤油焼き 混ぜご飯 320k	28	ホッケの 塩焼き 360k	29	ホッケの バジル焼き 320k	30	ホッケの 胡麻醤油 焼き 360k	31	お休み		

※ 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。※ 写真イメージになります。
※ 表記のカロリーはおかずのみになります。ごはんのカロリーは約400kcalです。(小盛は約230kcal)