

手造り弁当の 味彩庵 10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	
今月のお魚弁当は、 毎日の食事でしっかり栄養を摂っていただけるように、それぞれの魚が持つ 風味や食感を活かすため、日本食研の調味料を使い、 味付けにもひと工夫を加えています。 美味しく食べて、毎日の健康づくりにお役立っていただければ幸いです。 						1	メバルの バター醤油 焼き 330k	2	メバルの 西京焼き 320k	3	お休み
5	サワラの 胡麻醤油 焼き 380k	6	サワラの ムニエル 340k	7	白身魚の カレー フリッター 420k	8	サワラの バジル焼き 350k	9	揚げ魚の 中華あん 430k	10	お休み
12	お休み	13	カレイの 胡麻醤油 焼き 360k	14	揚げ魚の ケチャップ あん 430k	15	カレイの 塩麴焼き 370k	16	カレイの バジル焼き 360k	17	お休み
19	サバの 西京焼き 390k	20	サバの 香草パン粉 焼き 370k	21	サバの 胡麻醤油 焼き 390k	22	サバの ムニエル 350k	23	サバの 塩焼き 350k	24	お休み
26	メバルの バター醤油 焼き 330k	27	メバルの 西京焼き 320k	28	メバルの 香草パン粉 焼き 350k	29	メバルの 胡麻醤油 焼き 370k	30	 メバルの ムニエル ◎混ぜご飯 330k	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)