

手造り弁当の 味彩庵 11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	
<p>☆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。また魚に含まれる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も効果的とも言われております。</p> <p>☆土曜、祝日のお魚の種類について☆ 仕入れ後の食品のロスを減らすため、10月度から土曜・祝日はお魚の種類をメニュー上に掲示しておりません。当日まで未定となります。皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。</p>											
								1	ホキの ムニエル	2	お休み
									330k		
4	お休み	5	タラの バター醤油焼き	6	タラの 塩麴焼き	7	タラの 中華あん	8	タラの フリッター	9	お休み
			360k		360k		430k		420k		
11	サバの 西京焼き	12	サバの バジル焼き	13	サバの バター醤油焼き	14	サバの 塩麴焼き	15	サバの 香草パン粉焼き	16	お休み
	390k		350k		350k		混ぜご飯 390k		370k		
18	カレイの ムニエル	19	カレイ竜田 甘酢あん	20	カレイの バジル焼き	21	カレイの バター醤油焼き	22	カレイ竜田 あんかけ	23	お休み
	330k		430k		340k		330k		430k		
25	鮭の 胡麻醤油 焼き	26	鮭の ムニエル	27	鮭の 西京焼き	28	鮭の バジル焼き	29	鮭の バター醤油焼き	30	お休み
	混ぜご飯 380k		350k		380k		350k		350k		

※ 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)