

手造り弁当の 味彩庵

4月度B弁当献立



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 白身魚 甘酢あん 430k	2 赤魚の 香草パン粉焼き 350k	3 赤魚の 胡麻醤油焼き 370k	4 赤魚の ムニエル 330k	5 お休み
7 サバの バジル焼き 350k	8 サバの バター醤油焼き 350k	9 サバの 塩焼き 390k	10 サバの 香草パン粉 焼き 470k 金平風混ぜご飯	11 サバの 胡麻醤油 焼き 390k	12 お休み
14 ホッケの 西京焼き 480k たけのご飯	15 ホッケの バジル焼き 320k	16 白身魚 磯辺揚げ 420k	17 白身魚 中華あん 430k	18 ホッケの 香草パン粉 焼き 340k	19 お休み
21 鮭の ムニエル 350k	22 鮭の 西京焼き 500k 枝豆ご飯	23 鮭の 野菜あん 430k	24 鮭の フリッター 390k	25 鮭の 塩焼き 380k	26 お休み
28 タラの 胡麻醤油 焼き 400k	29 お休み	30 タラの 西京焼き 450k	<p>☆お魚の健康効果について☆</p> <p>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。</p>		

※ 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)