

AOI共同作業所 11月の日替わりランチメニュー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	赤魚の煮つけ 糸コンの中華炒め 高野豆腐の唐揚げ 564kcal	ねぎ入りハンバーグ 野菜サラダ さつま芋と小豆の甘煮 582kcal	文化の日 kcal	メバルの磯辺揚げ 大根の野菜あんかけ じゃが芋と車ふの味噌煮 500kcal	鶏肉のトマトソース煮 ミモザサラダ 糸コンのピリ辛煮 550kcal	
7	8	9	10	11	12	13
	鮭の香味ソースがけ がんもどき煮 たけのこの味噌煮 503kcal	彩りさつまあげ風 白菜のそぼろ煮 昆布豆 534kcal	きのこカレー マヨネーズ和え 胡瓜とサバの和え物 571kcal	サバのねぎ味噌焼き 友禅和え 高野豆腐のあんかけ 523kcal	かぼちゃコロッケ ブロッコリーのサラダ 大根の甘酢漬け 579kcal	
14	15	16	17	18	19	20
	タラのケチャップあんかけ 白菜の磯和え ブロッコリーのごまマヨ和え 508kcal	厚揚げと豚肉の味噌炒め 筑前煮 長芋の酢の物 570kcal	和風オムレツ 中華サラダ 大豆の甘辛だれかけ 546kcal	黄金カレイの煮付け キャベツと青のりサラダ ほうれん草のにんにく炒め 505kcal	ちくわと紅生姜のかき揚げ ぜんまい煮 厚揚げの味噌マヨ 500kcal	
21	22	23	24	25	26	27
	サバの塩焼き さつま芋と南瓜のサラダ きのこ油揚げの炒め煮 556kcal	勤労感謝の日 kcal	卵の袋煮 ポテトサラダ 春菊となめこのお浸し 594kcal	ブリの照り焼き 白和え 糸コンのオイスター炒め 560kcal	さつま芋の肉巻きフライ 白菜と人参のごま酢和え 黒豆の甘煮 599kcal	
28	29	30				
	ホキの味噌マヨオイル焼き 人参しりしり 里芋の甘煮 586kcal	親子煮 さつま芋の土佐煮 胡瓜とちくわの辛子マヨ 595kcal				

保温BOX 450円 パック弁当 400円 おかずのみ 350円

☆元気で明るいスタッフが、まごころを込めて
できたての温かいお弁当をお届けします。

☆バランスのとれた栄養と手作りの味を、一食
450円のお手ごろ価格でお召し上がりください。
ご注文は、一食からでもOK!

☆ご飯は、おかゆ等にすることもできます。
ご要望をお伝えください。

☆回収に伺いますので、食器等は洗わずに
お返しください。

【お知らせ】
※営業日：月曜日～金曜日

※休業日：土曜日・日曜日・祝祭日・年末年始

※メニューは都合により変更になる場合がございますので、
ご了承ください。

※ご注文は、前日の午前中までをお願いします。

ご注文、お問い合わせは・・・

就労継続支援（B型）事業所
特定非営利活動法人 自立援助センター 雑草の会 **AOI共同作業所**

〒965-0004 会津若松市一箕町八角中村東67-6

TEL・FAX (0242)32-2130