

A O I 共同作業所 9月の日替わりランチメニュー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				冷しゃぶ トマトソース煮 ほうれん草のソテー 522kcal	豆腐入りシューマイ じゃが芋と車ふ煮 ブロッコリーのドレッシング 500kcal	
4	5	6	7	8	9	10
	かに玉風 揚げ出し豆腐 さつま芋のレモン煮 545kcal	ホキの甘酢あんかけ オクラとささ身の和え物 ブロッコリーのタルタル焼き 525kcal	豚肉の生姜焼き 人参とツナのサラダ 金平ごぼう 536kcal	サワラの南部焼き 友禅和え しめじの甘辛煮 500kcal	かきあげ 小松菜とえのきの梅和え 高野豆腐の含め煮 544kcal	
11	12	13	14	15	16	17
	はんぺんフライ カニカマサラダ 糸コンのピリ辛炒め 508kcal	メバルの塩焼き 里芋の磯辺揚げ トマトと卵のサラダ 500kcal	肉じゃが 胡瓜とささみのゴマドレ 和風冷奴 546kcal	黄金カレイの唐揚げ 和風サラダ ジャーマンポテト 514kcal	チンジャオロース 小松菜の海苔おろし和え 車ふの煮物 509kcal	
18	19	20	21	22	23	24
	敬老の日	カツ煮 野菜サラダ 糸コンのペペロンチーノ風 555kcal	ホキのタルタル焼き 里芋と豚肉のみそ煮 酢の物 513kcal	おろしハンバーグ 五目きんぴら 冷やしトマト 547kcal	秋分の日	
25	26	27	28	29	30	
	サバの味噌煮 マカロニサラダ 胡瓜と玉ねぎのポン酢マヨ 586kcal	鶏の唐揚げ ほうれん草のおひたし きのこのゴマ味噌和え 589kcal	豚肉ときのこの炒め イカ団子の煮物 和風コールスロー 501kcal	春巻き ピリ辛大根煮 なすの味噌炒め 511kcal	ホッケのフライ 豆腐のなめこおろし さつま芋とりんごの甘煮 559kcal	

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。

【お知らせ】
※営業日：月曜日～金曜日

☆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!

※休業日：土曜日・日曜日・祝祭日・年末年始

☆ご飯は、おかゆ等にもすることもできます。ご要望をお伝えください。

※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。

☆回収に伺いますので、食器等は洗わずにお返しください。

※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・・・

特定非営利活動法人 自立援助センター 雑草の会

就労継続支援（B型）事業所

A O I 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