

AOI共同作業所 10月の日替わりランチメニュー

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
	和風グラタン キャベツの甘辛煮 人参サラダ 548kcal	アジの紅生姜衣天 ほうれん草のおろし和え インゲン煮 505kcal	ピーマンの肉詰め チンゲン菜の中華炒め きゅうりの梅和え 509kcal	きのこカレー チーズとコーンのサラダ オニオンスライス 521kcal	マーボー豆腐 コールスローサラダ なめ茸和え 510kcal	
9	10 スポーツの日 (お休み)	11 厚焼き玉子 もやしとささ身の辛味和え ピーマンちくわの炒め物 504kcal	12 サワラの漬け焼き 大根と豚肉の煮物 大学芋 507kcal	13 いわしの蒲焼 白菜のきのこあんかけ 酢味噌和え 529kcal	14 きのこハンバーグ じゃが芋のカレー炒め インゲンのゴマ和え 553kcal	15
16	17 野菜の天ぷら 大根のそぼろあん きのこのおかか和え 600kcal	18 サバのねぎ味噌焼き 厚揚げとなめこの煮物 ほうれん草のごまおかか和え 500kcal	19 ロールキャベツ パンプキンサラダ ちくわの磯辺揚げ 592kcal	20 すき焼き風野菜煮 ワカメとツナの和え物 長芋ののり添え 520kcal	21 梅つくね 野菜の素揚げ インゲンのピーナツ和え 500kcal	22
23	24 ポテトハムカツ 胡瓜とカニカマの和え物 オクラとなめこの和え物 517kcal	25 鶏肉の味噌漬け焼き 三色ナムル レタスサラダ 517kcal	26 黄金カレイのフライ 白菜のクリーム煮 ゆでねぎのおかか和え 535kcal	27 松風焼 なすのベーコン煮 ピーマン金平 509kcal	28 サバの竜田揚げ 切昆布煮 ニラとささ身のカレーマヨ 553kcal	29
30	31 赤魚の煮付け 舞茸の天ぷら ブロッコリーのツナマヨ 532kcal					

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

※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。

※ご注文は、前日の午前中までをお願いします。

☆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、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

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