

A O I 共同作業所 1月の日替わりランチメニュー

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---|--|---|--|--|----|
| 1 | 2 お休み | 3 お休み | 4 赤魚の煮付け 和風ポテトサラダ ブロッコリーのフレンチドレ 502kcal | 5 マーボー豆腐 おかか和え 大学芋 512kcal | 6 肉団子の和風あん 三色ナムル インゲンのピーナツ和え 505kcal | 7 |
| 8 | 9 お休み | 10 厚焼き玉子 野菜の含め煮 ピーマン金平 526kcal | 11 アジの紅生姜天 マカロニサラダ 高野豆腐の煮物 558kcal | 12 豚肉の生姜焼き 五目豆 長芋の海苔添え 550kcal | 13 和風グラタン キャベツのベーコン煮 胡瓜と玉ねぎのマヨぽん 525kcal | 14 |
| 15 | 16 カツ煮 胡瓜とカニカマの和え物 里芋の磯和え 590kcal | 17 松風焼 小松菜のおろし和え 糸こんのピリ辛煮 508kcal | 18 黄金カレイのねぎソース 大根と豚肉の煮物 胡瓜の梅和え 504kcal | 19 すき焼き風野菜煮 もやしとささ身の辛味和え インゲン煮 527kcal | 20 メバルの南蛮漬け風 小松菜の卵とじ きのこのおかか和え 500kcal | 21 |
| 22 | 23 野菜の天ぷら 切昆布煮 なめ茸おろし 594kcal | 24 ホッケの塩焼き さつま芋のサラダ がんもどき煮 517kcal | 25 おろしハンバーグ 厚揚げとなめこの煮物 人参サラダ 543kcal | 26 ホキの甘辛たれかけ 牛筋のみそ煮 ニラとささ身のカレーマヨ 532kcal | 27 キーマカレー チーズとコーンのサラダ ほうれん草の胡麻和え | 28 |
| 29 | 30 はんぺんフライ 白菜のそぼろあん きのこじゃが芋炒め 551kcal | 31 サバの漬け焼き 南瓜のサラダ ちくわの磯辺揚げ 588kcal | | | | |

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

☆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