

A O I 共同作業所 3月の日替わりランチメニュー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			白菜と豚肉の重ね煮 人参しりしり 春菊のお浸し 510kcal	親子煮 春雨サラダ ねぎと竹輪のピリ辛炒め 518kcal	タラの白雪蒸し 筑前煮 菜の花の辛子和え 500kcal	
5	6	7	8	9	10	11
	ソースカツ じゃが芋の味噌煮 人参とツナのマスタード和え 579kcal	照り焼きハンバーグ 友禅和え 昆布豆 537kcal	ホキの味噌マヨオイル焼き いか団子の煮物 白菜のお浸し 551kcal	豚肉と長ネギ天 もやしのナムル キャベツとツナの甘辛煮 527kcal	鶏肉のトマトソース煮 ミモザサラダ 酢の物 529kcal	
12	13	14	15	16	17	18
	和風オムレツ さつまいもと南瓜のサラダ 車ふの煮物 534kcal	タラのケチャップあんかけ みそ田楽 ブロッコリーのツナマヨ 545kcal	肉じゃが マヨネーズ和え 厚揚げのおかか和え 581kcal	ホキの香味ソースがけ 豆腐あんかけ ささ身の梅和え 500kcal	鶏の唐揚げ たけのこ煮 きのこのマリネ 545kcal	
19	20	21	22	23	24	25
	黄金カレイの煮付け チンゲン菜の中華炒め 枝豆とさつまいものサラダ 500kcal	春分の日	豆腐のグラタン 大根の野菜あん キャベツの生姜じょうゆ 514kcal	メバルの磯辺揚げ ひじき煮 さつまいもと小豆の甘煮 500kcal	天ぷら盛り合わせ 小松菜としめじの辛子和え 大根おろし 560kcal	
26	27	28	29	30	31	
	はんぺんつくね 人参とツナのサラダ きのこのゴマ味噌和え 587kcal	鶏の照り焼き 野菜サラダ キャベツのケチャップ煮 523kcal	ブリカツ 南瓜のそぼろあん レタスのオイスター炒め 598kcal	ミートローフ コールスローサラダ 大根の甘酢漬 538kcal	サワラの漬け焼き スパサラダ 金平ごぼう 502kcal	

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