ＡＯＩ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 チンジャオロース 野菜サラダ ブロッコリーのツナマヨ 555kcal	2
3	4 ソースカツ 人参しりしり 菜の花の辛子和え 572kcal	5 タラの白雪蒸し じゃが芋の味噌煮 レタスのオイスター炒め 501kcal	6 和風グラタン スパサラダ 酢の物 563kcal	7 親子煮 豆腐のあんかけ 春菊のお浸し 501kcal	8 サワラの漬け焼き 友禅和え キャベツとツナの甘辛煮 512kcal	9
10	11 和風オムレツ たけのこ煮 枝豆とさつま芋のサラダ 510kcal	12 肉じゃが もやしのナムル ねぎと竹輪のピリ辛炒め 537kcal	13 ホキの香味ソース ミモザサラダ ささみの梅和え 534k	14 照り焼きハンバーグ 和風サラダ きのこのマリネ 513kcal	15 鶏の唐揚げ 青菜としめじの辛子和え 昆布豆 558kcal	16
17	18 黄金ガレイの煮付け コールスローサラダ 厚揚げのおかか焼き 528kcal	19 白菜と豚肉の重ね煮 ナポリタンマカロニ 大根の甘酢漬け 537kcal	20 春分の日	21 はんぺんつくね いか団子の煮物 大根おろし 500kcal	22 豚肉と長ネギ天 ひじき煮 きのこのごま味噌和え 555kcal	23
24 ／ 31	25 ニラ玉 人参とツナのサラダ 車ふの煮物 527kcal	26 メバルの磯辺揚げ みそ田楽 キャベツの生姜じょうゆ 500kcal	27 ミートローフ チンゲン菜の中華炒め 白菜のお浸し 543kcal	28 ブリカツ 車ふとエノキの卵とじ 金平ごぼう 600kcal	29 鶏の照り焼き 春雨サラダ ジャーマンポテト 580kcal	30

保温BOX　500円　　パック弁当　450円　　おかずのみ　400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
　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。

【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。

※ご注文は当日の９時半までにお願いします。

※１０個以上のご注文は２日前までにご連絡ください。

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