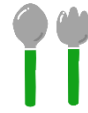


# お弁当献立表



## ★ぶらっとのお弁当のこだわり★

- ・フレイル予防で特に必要な、タンパク質、カルシウムが摂れる献立作り
- ・地産地消にこだわり、安心な食材の使用
- ・野菜がたっぷりとれる献立



販売日時 毎週 水・金 9:30~13:00  
 金額 500円(税込) ★予約販売となります

予約締切日時(2日前まで)

★1月5日(水)	(仕入れの都合によりお休み)		
★1月7日(金)	菜飯&高野豆腐のはさみ煮弁当	1/5(水)	17時まで
★1月12日(水)	チキン南蛮弁当	1/10(月)	17時まで
★1月14日(金)	サバの竜田揚げ弁当	1/12(水)	17時まで
★1月19日(水)	加ピーラフ&おからごぼう弁当	1/17(月)	17時まで
★1月21日(金)	ロールとんかつ弁当	1/19(水)	17時まで
★1月26日(水)	鮭フライ弁当	1/24(月)	17時まで
★1月28日(金)	れんこんつくね弁当	1/26(水)	17時まで

★材料や仕入れの都合により、変更になることがあります。あらかじめご了承ください



公益社団法人岐阜市シルバー人材センター

地域のお茶の間「ぶらっと」

〒500-8164 鶴田町3丁目7-4 ふれあいの館1階 電話 058-240-1245

営業時間 9:30~15:30

『ぶらっと』では、飲み物、手作りおやつ(週替わり)を提供しています。

・コーヒー、紅茶(H) 150円 ・コーヒー、紅茶(アイス) 200円 ジュース(りんご、オレンジ) 150円 ・昆布茶 150円 / おやつ 1/4~1/7 ごまパウンドケーキ  
 1/10~1/14 南瓜シフォンケーキ 1/17~1/21 抹茶パウンドケーキ  
 1/24~1/28 人参シフォンケーキ 1/31~2/4 レモンケーキ