

# 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)

2/28(月) 15時まで

★3月2日(水) ちらし寿司弁当

3/2(水) 15時まで

★3月4日(金) サバの煮つけ弁当

3/7(月) 15時まで

★3月9日(水) 白身魚の磯辺揚げ弁当

3/9(水) 15時まで

★3月11日(金) 野菜たっぷり酢豚弁当

3/14(月) 15時まで

★3月16日(水) 照り焼きチキン弁当

3/16(水) 15時まで

★3月18日(金) 鮭のみそマヨ焼き弁当

3/21(月) 15時まで

★3月23日(水) 豆腐つくね弁当

3/23(水) 15時まで

★3月25日(金) 筍ご飯&炒り加弁当

3/28(月) 15時まで

★3月30日(水) ポークソテー弁当

★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(ホット) 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

2/28~3/4

3/7~3/11

3/14~3/18

3/21~3/25

3/28~4/1

抹茶パウンドケーキ

プレーンシフォンケーキ

ココアパウンドケーキ

南瓜シフォンケーキ

レモンケーキ