

満々 まんまん

2月の御献立

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			ホッケ塩焼き かぶの吉野煮 J-ルイ-サラダ	メンチカツ 海藻サラダ 白桃缶	ちらし寿司 高野豆腐含め煮 お浸し(杓苺草) 白花豆甘煮	かれい煮付け 春雨炒め かにシューマイ
			502kcal	681kcal	524kcal	572kcal
5	6	7	8	9	10	11
杓香草パン粉焼 ひじきと大豆煮 ポテトサラダ	豚バラ蒲焼き 千切り野菜の炒め うずら豆甘煮	五目揚げ豆腐 ツナサラダ 酢味噌和え	甘辛肉団子 カニカマサラダ 炒りおかつ和え	チキン南蛮 杓苺草生姜醤油和え かぼちゃサラダ	ハンバーグフライ 豚と卵の中華ソース ふるふき大根	さわら西京焼 もやし炒め 筑前煮
577kcal	711kcal	666kcal	690kcal	688kcal	669kcal	604kcal
12	13	14	15	16	17	18
鶏の照り焼き はんぺんサラダ 黒花豆甘煮	卵のチリソース 3色野菜ナムル 海鮮シューマイ	さば塩麴焼き マカロニサラダ かぶと竹輪炒め	豚肉の生姜焼き ブロッコリーサラダ 大根ごま酢和え	えびカツ ひじき五目煮 豆苗の和え物	鮭バター醤油焼き 高野豆腐含め煮 ごぼうサラダ	豆腐ハンバーグ 杓苺草ごま和え うぐいす豆甘煮
701kcal	624kcal	714kcal	666kcal	610kcal	557kcal	613kcal
19	20	21	22	23	24	25
カキフライ かぼちゃの煮物 ビーンズサラダ	黒むつ幽庵焼き 冬野菜のシチュー ぜんまい炒め煮	まぜご飯 がんも煮物 中華風酢の物 白いんげん豆	ビーフカレー 卵サラダ 根菜と大豆トト煮	カツとじ 大根と水菜の炒め ジャーマンポテト	カレイとカツ かぼちゃそぼろ煮 杓苺草ゆず和え	なすはさみ揚げ 春雨の酢の物 きんぴらごぼう
628kcal	637kcal	663kcal	648kcal	690kcal	625kcal	627kcal
26	27	28	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>2月のおすすめメニュー♪</p> <p>3日 ちらし寿司</p> <p>13日 卵のチリソース</p> </div>			
韓国風豚野菜炒め 和風サラダ 穂先筍の煮物	鶏肉のトマト煮 かぼちゃサラダ みかん缶	鮭の幽庵焼き 炒り豆腐 スパゲティサラダ				
650kcal	638kcal	673kcal				

ご注文は TEL 496-4100(おいまんまん)へ

エコトピア酒々井 酒々井町本佐倉352-2 ご不明な点、お問合せ等、お気軽にお電話ください

エコトピア酒々井（特別養護老人ホーム）がご高齢者向きの夕ごはんをお宅にお届けします

- 満々ごはん 650円（少しやわらかめに炊いたごはん・おかず・汁）
- 満々とろみ 700円（おかゆ・トロミのついたおかず・汁）
- 満々ムース 800円（おかゆゼリー・ムース仕立てのおかず・汁ゼリー）
- 満々ひかえて 750円（カロリーひかえめ500kcal以下で、ごはん・おかず・汁）
- 満々ちょっと 750円（塩分ひかえめ3g以下で、ごはん・おかず・汁）