

満々 まんまん

4月の御献立

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		赤飯 炊き合わせ から揚げ 大根サラダ	鮭のソテー・外外ソテー 若竹煮 中華風酢の物	ハンバーグ (キャブ・ソース) 肉じゃが コール・サラダ	一口まぐろカツ ふきの含め煮 青梗菜和え物	鶏肉のねぎソテー 菜の花の辛子和え フレンチサラダ
		621kcal	689kcal	678kcal	606kcal	619kcal
6	7	8	9	10	11	12
ホキの香草焼き ぜんまい炒め煮 スパゲティサラダ	豆腐ハンバーグ キャブ・ツツのサラダ ひじき煮	たけのこご飯 さわら西京焼き 酢の物(キャブ・わか) ふきの煮物	甘辛肉団子 はんぺんサラダ 杓苳草ごま和え	えびカツ 大根そぼろ煮 ポテトサラダ	焼鮭おろしソテー 白菜の炒め煮 穂先筍煮物	チキン南蛮 かぼとち団子煮 海藻サラダ
597kcal	652kcal	517kcal	675kcal	676kcal	560kcal	693kcal
13	14	15	16	17	18	19
韓国風豚野菜炒め 厚揚げきのこあん 温野菜サラダ	彩り野菜カレー コール・サラダ オムレツ	鶏肉トマト煮込み 杓苳草ソテー 人参とコブヤク白和え	豚バラ蒲焼き さっぱり和え 海鮮シューマイ	菜めし 揚げ出し豆腐 カニカマサラダ 厚焼き卵	さわら照り焼き 高野豆腐含め煮 ツナサラダ	ハンバーグ (オコソウ)ソテー ジャガイモ炒め煮 トマト和え物
693kcal	622kcal	650kcal	684kcal	679kcal	644kcal	619kcal
20	21	22	23	24	25	26
豚豚 ポテトサラダ 小松菜の和え物	チンジャオロース かぼちゃあんかけ 白菜ポン酢和え	なすのはさみ揚げ 春雨サラダ きんぴらごぼう	さば幽庵焼き 切り昆布煮物 スパゲティサラダ	わかめご飯 大根と鶏肉の煮物 磯華玉子焼き ブロッコリーサラダ	クリームコロッケ 和風サラダ 筍の煮物	白身魚の南蛮漬 筑前煮 杓苳草の和え
672kcal	589kcal	679kcal	645kcal	633kcal	652kcal	578kcal
27	28	29	30	 <p>4月のおすすめメニュー</p> <p>8日 たけのこごはん</p> <p>季節の味をお楽しみください!</p>		
肉豆腐 キャブとわか和え物 海鮮シューマイ	さば竜田甘酢あん ちくわサラダ 春雨和え物	あじフライ 大根の煮物 3色野菜ナムル	八宝菜 キャブ・ツツのオムレツ ザーサイ			
673kcal	729kcal	616kcal	594kcal			

ご注文は TEL 496-4100(おいまんまん)へ

エトピア酒々井 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）
- 満々ちよっと 750円（塩分ひかえめ3g以下で、ごはん・おかず・汁）

要予約注文(年中無休) **前日16時まで**

配達時間: 午後3時~5時



エコトピアの健康ごはん

まんまん

ご注文用紙

配達日	月 日 ()			
ご注文品・ 個数	御品			個数
	満々ごはん	普通食 (ご飯・おかず・汁)	650円	
	〃 おかず	普通食 (おかず・汁)	600円	
	満々む〜す	ゼリー食 (粥ゼリー・ムスおかず・汁ゼリー)	800円	
	満々ひかえて	I味付* -500kcal以下のお食事 (ご飯・おかず・汁)	750円	
	満々ちょっと	塩分3g以下のお食事 (ご飯・おかず・汁等)	750円	
◆満々とろみは、令和6年9月をもちまして、終売とさせていただきます。代替え品は、『満々む〜す』となります。				

配達先	ご住所	◆配達エリアは、酒々井町全域 佐倉市白銀・大蛇町・本町です。 番地・号・棟・部屋番号まで記入して下さい
	お名前	◆フルネームで記入して下さい (ふりがなもお願いします)
	電話番号	◆必ずご連絡がとれる番号を記入して下さい ご自宅： 携 帯：

お電話では… **496-4100** (よいまんまん)へ

FAXでは… **496-1919**へ

注文の数量や道路の交通状況により、配達時間が日によって前後する場合がございます。予めご了承下さい。

◆社会福祉法人^{かなえ} エコトピア酒々井 酒々井町本佐倉352-2