

満々 まんまん

6月の御献立

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
釜飯風ごはん 五目卵焼き わかおおかか和え 彩り春雨サラダ	豚バラ蒲焼き ツナサラダ 大根ナムル	さば塩麴焼き がんも煮物 キャベツ味噌炒め	五目揚げ豆腐 杓苳草のお浸し 長芋ワビワビ和え	マーボー豆腐 ブロッコリー卵ごまだれ シューマイ	ハッパソースフライ 切り昆布煮物 スパゲティサラダ	豚肉ごま味噌焼 ポテトサラダ モロヘイヤの和え物
641kcal	670kcal	649kcal	629kcal	669kcal	600kcal	648kcal
8	9	10	11	12	13	14
豆腐ハンバーグ 中華風酢の物 三色豆	ホキの香草焼き ジャガ芋豚バラ煮 小松菜生姜醤油和え	鶏の照り焼き マカロニサラダ キャベツ酢の物	鮭の梅ソース 白菜炒め煮 磯華玉子巻き	肉団子の酢豚 カニカマサラダ ひじき煮	野菜カレー 目玉焼き 小松菜ゆず和え	アジフライ 3色野菜ナムル 根菜大豆トト煮
656kcal	580kcal	659kcal	598kcal	729kcal	593kcal	571kcal
15	16	17	18	19	20	21
チャーハン 点心盛り合わせ 春雨酢の物 マンゴー	鯖の味噌煮 ササギわかごまサラダ 厚焼き卵	豚肉生姜焼き スパゲティサラダ パイン缶	ミックスフライ (コロッケ・春巻き) 高野豆腐含め煮 カブ辛子和え	鶏肉トト煮込み かぼちゃサラダ おくらおかか和え	豚皿 コーンスープ 酢の物	白身魚味噌チリ焼き キャベツ生姜油和え クリームチュー
597kcal	653kcal	705kcal	663kcal	662kcal	638kcal	588kcal
22	23	24	25	26	27	28
鮭とコーン蒸し焼き ぜんまい炒め煮 フレンチサラダ	豚肉スライス焼き 大根とササギの煮物 長芋の梅和え	ピピンパ丼 (おろ) ハッパサラダ パイン缶	わかめごはん ほっけの塩焼き がんもの煮物 もやし炒め	八宝菜 マカロニサラダ 海鮮シューマイ	肉じゃが かき竜田甘酢和え 青菜昆布お浸し	豆腐ハッパ-グ ブロッコリーサラダ 切干大根ごま酢あえ
618kcal	680kcal	550kcal	568kcal	680kcal	704kcal	615kcal
29	30	 <p>6月のおすすめメニュー♪</p> <p>15日 点心盛り合わせ</p> <p>一度にたくさんの味が楽しめます♪</p> 				
さわらの香草焼き ササギわか和え物 うずら豆	豚バラ蒲焼き 海藻サラダ 白菜漬け					
646kcal	617kcal					

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類 [*] -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