

満々 まんまん

7月の御献立

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		鮭バター醤油焼き 木の葉ピザ和え スパゲティサラダ	なすのはさみ揚げ ひじき五目煮 小松菜のお浸し	松風焼き カニカマサラダ 中華風和え物	かき揚げ丼 (セリ) 炊き合わせ 大根サラダ	照り焼きハンバーグ ポテトサラダ もやしのナムル
		557kcal	603kcal	621kcal	652kcal	638kcal
6	7	8	9	10	11	12
鶏と卵の香味ソース キャベツのみそサラダ 焼き餃子	さば味噌煮 ハンバーグサラダ 小松菜生姜醤油	豚肉の焼き肉風 ツナサラダ ふきの煮物	メンチカツ 切り昆布煮物 かぼちゃサラダ	カレイのムニエル 高野豆腐含め煮 黄桃缶	三色丼(セリ) えびつみれ大根煮 ちくわサラダ	キーマカレー フレンチサラダ バジルチキン
709kcal	587kcal	734kcal	727kcal	627kcal	611kcal	595kcal
13	14	15	16	17	18	19
豚血 木の葉中華和え ごぼうサラダ	かくりムコク 大根そぼろ煮 トウモロコシの和え物	卵の炒り入 ひじき五目煮 マカロニサラダ	さわら味噌マヨ焼き 肉じゃが 小松菜辛子和え	鶏の照り焼き キャベツサラダ 大豆トマト煮	わかめご飯 揚豆腐切りあん カブ辛子和え ぜんまい炒め煮	チンジャオロース 3色ナムル 大根サラダ
645kcal	672kcal	575kcal	695kcal	611kcal	612kcal	559kcal
20	21	22	23	24	25	26
鶏の唐揚げ 蒸し卵のマリネ サツマ芋サラダ	カレイ照り焼き 筑前煮 青梗菜マヨ醤油和え	えびカツ 切干大根ごった煮 青菜と昆布のお浸し	豚肉塩だれ炒め えびシューマイ 長芋マヨ和え	菜めし あじの塩焼き 大根とすりもやし煮 ピマツもやし炒め	鶏肉のみぞれかけ かぼちゃサラダ トウモロコシの和え物	マーボー豆腐 春雨サラダ かにシューマイ
558kcal	507kcal	670kcal	651kcal	556kcal	685kcal	610kcal
27	28	29	30	31	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>7月のおすすめメニュー</p> <p>29日 三色丼</p> <p>色鮮やかで美味しいメニューです</p> </div>	
チキン南蛮 切り昆布煮物 小松菜お浸し	さばの塩麴焼き 春雨炒め コーンスープサラダ	三色丼(セルフ) 焼きカレーソースかけ 白菜と豚肉うま煮	鶏肉ハンバーグ焼 大根しらすサラダ 生姜ごま高菜	カツとじ 酢の物 (キュウリカマ) ごぼうサラダ		
675kcal	705kcal	555kcal	615kcal	657kcal		

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