

満々 まんまん

3月の御献立

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
八宝菜 鮭塩焼き 春雨五色和え	十六穀米 鶏肉のトト煮 かぼちゃサラダ おろおかか和え	ちらし寿司 里芋まんじゅう 磯華卵焼き さくら小餅	鮭の幽庵焼き 炒り豆腐 スパゲティサラダ	鶏の唐揚げ はんぺんサラダ 黄桃缶	ハムカツ 切り昆布煮物 温野菜サラダ	ぶり大根 コーンサラダ 厚焼き卵
689kcal	637kcal	569kcal	663kcal	587kcal	731kcal	601kcal
8	9	10	11	12	13	14
つくね焼き ポテトサラダ フルーツミックス缶	一口マグロカツ 野菜炒め 黒花豆甘煮	豚バラ蒲焼き 小松菜辛子和え 春雨サラダ	比と扱のナリース じゃが芋煮物 和え物	菜の花おこわ 炊き合わせ おろ草と酢和え 切昆布大豆煮	鶏肉の香味リス 高野豆腐含め煮 金時豆甘煮	ハンバーグフライ かぼちゃと豆サラダ 切干大根煮
618kcal	640kcal	674kcal	610kcal	523kcal	617kcal	648kcal
15	16	17	18	19	20	21
鮭とキノコ蒸し焼き 一口がんも煮物 ウインナー	鶏挽肉の松風焼 カニカマサラダ 三色豆	ひじきご飯 鯖西京漬焼き キャベツと卵のサラダ しんじょあん	韓国風豚野菜炒め かぼちゃの煮物 シューマイ	五日揚げ豆腐 おろ草と酢和え ひじき煮	青椒肉絲 大根そぼろ煮 春雨五色和え	アジフライ ふき含め煮 マカロニサラダ
613kcal	647kcal	693kcal	745kcal	661kcal	683kcal	620kcal
22	23	24	25	26	27	28
豆腐ハンバーグ 大根とかがりサラダ 金時豆甘煮	柿の味噌焼 おろ草ごま和え 紅あずま甘露煮	豚と扱中華リス 春雨サラダ 野菜大豆煮	ビビンバ丼(別盛り) 酢の物 磯華卵焼き	チキンカツ ひじき五目煮 ごぼうサラダ	鮭バター醤油焼き ポテトサラダ おろごま和え	ポテトオムレツ たけのこ土佐煮 スパゲティサラダ
656kcal	619kcal	731kcal	585kcal	674kcal	596kcal	656kcal
29	30	31	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;"> 3月のおすすめメニュー♪ </div>			
鯖の味噌煮 長芋とビーツ和え みかん缶	ホイコーロー 筑前煮 えびシューマイ	白身魚香草焼き 魚河岸揚煮物 海藻サラダ				
585kcal	631kcal	561kcal	6日 ハムカツ 21日 アジフライ	12日 菜の花おこわ 25日 ビビンバ丼		

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 600円 (少しやわらかめに炊いたごはん・おかず・汁)
- 満々とろみ 650円 (おかゆ・トロミのついたおかず・汁)
- 満々ムース 750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 700円 (カロリー控えめ500kcal以下で、ごはん・おかず・汁)
- 満々ちよつと 700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)当日の場合は朝10時まで 配達時間:午後3時~6時半