

**満々** まんまん

# 8月の御献立

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	さばの味噌煮 中華風酢の物 さつま芋サラダ 706kcal	五色丼(セルフ) 焼きそばの酢かけ 青梗菜のビネオ和え 550kcal	鶏肉パセリキュー焼 コーンサラダ たけのこの煮物 626kcal	カツとじ 酢の物(キュリ・カメ) 夏野菜と昆布和え 683kcal	白身魚味噌マヨ焼 絹揚げ生姜醤油和え 肉野菜炒め 683kcal	さんま蒲焼き カニカマサラダ もやしのナムル 692kcal
7	8	9	10	11	12	13
ポテトオムレツ 切干大根の煮物 ピザサラダ 679kcal	メンチカツ ひじき炒め煮 ミモザサラダ 709kcal	豚皿 キャベツの梅和え 大根サラダ 628kcal	カレイ煮付け なす中華炒め 野菜のごま酢和え 580kcal	鶏の照り焼き 冬瓜炒め煮 フレンチサラダ 668kcal	ちらし寿司 たき合わせ 春雨サラダ みかん缶 596kcal	豚肉生姜焼き はんぺんサラダ ふきの煮物 670kcal
14	15	16	17	18	19	20
鶏むね肉香草焼き マッシュポテト ピザソース炒め 611kcal	梅ごはん 揚げだし豆腐 ツナマヨサラダ 黒花豆甘煮 643kcal	黒ムツ幽庵焼き 肉じゃが 杓苳草中華和え 643kcal	えびカツ 大根そぼろ煮 フルーツサラダ 695kcal	中華おこわ かに入り卵焼き ミートボール 根菜大豆トマト煮 620kcal	ハバーク(デミソ) 海藻サラダ 白桃缶 665kcal	さば塩麹焼き 里芋土佐煮 ピザ野菜炒め 686kcal
21	22	23	24	25	26	27
鶏の唐揚げ 五目卵焼き 小松菜のお浸し 547kcal	肉団子の酢豚 もやしのナムル 白菜ゆず和え 658kcal	ポークカレー 杓苳草ソテー スパゲティサラダ 676kcal	さわら西京焼き ぜんまい炒め煮 チンゲン菜和え物 528kcal	豚バラ蒲焼き 中華サラダ うぐいす豆甘煮 683kcal	なすのはさみ揚げ 切干大根の煮物 かぼちゃサラダ 690kcal	鶏肉のごま味噌焼 さっぱり和え (カメ・トマト) えびシューマイ 601kcal
28	29	30	31	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>8月のおすすめメニュー♪</p> <p><b>23日 ポークカレー</b></p> <p>玉ねぎのあまみを効かせた王道カレーです。</p> </div>		
カレイ照り焼き マカロニグラタン キャベツサラダ 553kcal	かに玉風オムレツ ちくわサラダ 杓苳草の酢和え 636kcal	かき揚げ丼(セルフ) 春雨の酢の物 長芋のビネオ和え 675kcal	チンジャオロース ブロッコリーサラダ レンコン昆布煮 587kcal			

**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 (カロリーひかえめ500kcal以下で、ごはん・おかず・汁)
- 満々ちょっと 700円 (塩分ひかえめ3g以下で、ごはん・おかず・汁)



エコトピアの健康ごはん

まんまん

# ご注文用紙

前日16時までに  
電話又はFAXで

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)	600円	
	〃 おかず	普通食 (おかず・汁)	550円	
	満々とろみ	ミキ-食 (おかゆ・ $\wedge$ - $\wedge$ おかず・汁)	650円	
	〃 おかず	ミキ-食 ( $\wedge$ - $\wedge$ おかず・汁)	600円	
	満々む〜す	ゼリー食 (粥ゼリー・ $\wedge$ - $\wedge$ おかず・汁ゼリー)	750円	
	満々ひかえて	E $\wedge$ 替 $\wedge$ -500kcal以下のお食事 (ご飯・おかず・汁)	700円	
満々ちょっと	塩分3g以下のお食事 (ご飯・おかず・汁等)	700円		

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
	電話番号	◆必ずご連絡がとれる番号を記入して下さい

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。

かなえ

◆社会福祉法人 鼎 エコトピア酒々井 酒々井町本佐倉352-2

※令和4年4月よりご注文の締切が前日16時へ変更になりました。