

**満々** まんまん

# 8月の御献立

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		五色丼(セルフ) 焼きナポリ酢かけ 木の草ピリッと和え	鶏肉パスタ・キュー焼 大根しらすが たけのこ土佐煮	カツとじ 酢の物(キュウリ・カカ) 夏野菜と昆布和え	白身魚味噌マヨ焼 絹揚げ生姜醤油和え 野菜炒め	豆腐ハンバーグ カニカマサラダ 切干大根煮物
		571kcal	623kcal	681kcal	670kcal	648kcal
6	7	8	9	10	11	12
豚皿 キャパツの梅和え 大根サラダ	あじの南蛮漬け マカロニサラダ ひじきの炒め煮	ビビンバ丼(セルフ) えびつみれ大根煮 五目卵巻き	カレイ煮付け なす中華炒め 野菜のごま酢和え	鶏の照り焼き 冬瓜炒め煮 フレンチサラダ	ちらし寿司 たき合わせ 春雨サラダ みかん缶	豚肉生姜焼き はんぺんサラダ ひきの煮物
648kcal	648kcal	574kcal	601kcal	666kcal	576kcal	670kcal
13	14	15	16	17	18	19
鶏むね肉香草焼き マッシュポテト ピーマン・セージ 炒め	わかめご飯 揚げだし豆腐 ツナマヨサラダ 黒花豆甘煮	黒ムツ幽庵焼き 肉じゃが 木の草中華和え	えびカツ 大根そぼろ煮 フルーツサラダ	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	ハンバーグ(デミソース) 海藻サラダ 白桃缶	さば塩麹焼き 里芋土佐煮 ピーマン野菜炒め
613kcal	641kcal	628kcal	695kcal	616kcal	667kcal	686kcal
20	21	22	23	24	25	26
鶏の唐揚げ 五目卵焼き 小松菜のお浸し	肉団子の酢豚 もやしのナムル 白菜ゆず和え	ポークカレー 木の草ソーテー スパゲティサラダ	菜めし さわら西京焼き ぜんまい炒め煮 チンゲン菜和え物	豚バラ蒲焼き 中華サラダ うぐいす豆甘煮	なすのはさみ揚げ 切干大根の煮物 かぼちゃサラダ	鶏肉のごま味噌焼 さっぱり和え (ワカメ・トマト) えびシューマイ
528kcal	659kcal	676kcal	528kcal	657kcal	681kcal	605kcal
27	28	29	30	31	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;">                     8月のおすすめメニュー♪                 </div> 7日 あじの南蛮漬け 28日 かに玉風オムレツ	
カレイ照り焼き じゃがいも煮物 トマトの和え物	かに玉風オムレツ ちくわサラダ 木の草ナポリ酢和え	かき揚げ丼(セルフ) 春雨の酢の物 長芋ワサビマヨ和え	チンジャオロース プロシアンサラダ レンコン昆布煮	鮭のムニエル 魚河岸揚げ煮物 マカロニサラダ		
518kcal	628kcal	675kcal	619kcal	697kcal		

**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)
- 満々とりみ 700円 (おかゆ・トロミのついたおかず・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~6時半



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	
	満々とろみ	ミサ-食 (おかゆ・ $\wedge$ -ストおかず・汁)	700円	
	〃 おかず	ミサ-食 ( $\wedge$ -ストおかず・汁)	650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 <sup>+</sup> 補 <sup>+</sup> -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		

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。

◆社会福祉法人<sup>かなえ</sup> エコトピア酒々井 酒々井町本佐倉352-2