

満々 まんまん

11月の御献立

日	月	火	水	木	金	土
 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; display: inline-block;"> 11月のおすすめメニュー♪ 8日 鮭のバター醤油焼き 鮭とバターの相性がばっちりです！ ぜひご賞味ください。 </div>					1	2
					釜飯風ご飯(炒め) 野菜ナムル 肉団子 野沢菜漬 580kcal	牛丼(別盛り) 白菜ゆず和え はんぺんサラダ 603kcal
3	4	5	6	7	8	9
クリームコロッケ 大根とお麩煮物 ブロッコリーサラダ 685kcal	豚肉スタミナ焼き ポテトサラダ 白桃缶 725kcal	わかめご飯 炊き合せ(がんも) 五目卵巻き 白菜漬け 501kcal	チキン南蛮 さつま芋甘煮 切昆布の煮物 690kcal	カツとじ 大根水菜サラダ 根菜大豆トト煮 684kcal	鮭バター焼き かぶ・じゃそぼろ煮 温野菜サラダ 627kcal	豚バラ蒲焼き キノコ・わかめ和え物 朴の草ごま和え 651kcal
10	11	12	13	14	15	16
五目豆腐揚げ わりの酢の物 野菜大豆煮 544kcal	ひじきご飯 さわら西京焼 里芋の煮物 ミートボール 596kcal	ハンバーグ (デミグラスソース) キャベツサラダ りんご缶 725kcal	あじの塩焼き 肉じゃが 春雨サラダ 609kcal	えびカツ 大根の煮物 うぐいす豆 642kcal	焼鯖おろしかけ 白和え 青梗菜パスタ炒め 644kcal	ビーフカレー マカロニサラダ 黄桃缶 647kcal
17	18	19	20	21	22	23
ホキ味噌揚げ焼き 筑前煮 和風サラダ 616kcal	カレイムニエル (おろし入り) 大根そぼろ煮 ブロッコリーサラダ 563kcal	まぜご飯 がんもどき煮物 中華風酢の物 厚焼き卵 628kcal	かき揚げ丼(炒め) 切干大根煮物 コーンサラダ 607kcal	ホイコーロー 高野豆腐の煮物 かにシューマイ 668kcal	卵のチリソース 温野菜サラダ いんげん甘辛炒め 581kcal	黒むつ生姜煮 野菜ナムル ジャーマンポテト 621kcal
24	25	26	27	28	29	30
鶏肉おろしソース かぼちゃ甘煮 春雨サラダ 641kcal	豚肉の焼肉風 朴の草中華和え ポテトサラダ 683kcal	鮭の照り焼き ぜんまい炒め煮 つくね焼き 589kcal	肉団子の酢豚 海藻サラダ ごぼう炒り煮 677kcal	ハワイアンズフライ 切昆布の煮物 アゲテサラダ 589kcal	白身魚味噌揚げ焼 じゃが芋青のり炒め 朴の草ごま和え 619kcal	かに玉風オムレツ オムレツ生薑醤油 酢味噌和え 605kcal

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	1人分 -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