

**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♪  <b>8日 鮭のバター醤油焼き</b>                      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>					<b>1</b>	<b>2</b>
					釜飯風ご飯(炒め) 野菜ナムル 肉団子 野沢菜漬	牛丼(別盛り) 白菜ゆず和え はんぺんサラダ
<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
クリームコロッケ 大根とお麩煮物 ブロッコリーサラダ	豚肉スタミナ焼き ポテトサラダ 白桃缶	わかめご飯 炊き合せ(がんも) 五目卵巻き 白菜漬け	チキン南蛮 さつま芋甘煮 切昆布の煮物	カツとじ 大根水菜サラダ 根菜大豆トト煮	鮭バター焼き かぶ・じゃそぼろ煮 温野菜サラダ	豚バラ蒲焼き キノコ・わかめ和え物 朴の草ごま和え
685kcal	725kcal	501kcal	690kcal	684kcal	627kcal	651kcal
<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
五目豆腐揚げ わりの酢の物 野菜大豆煮	ひじきご飯 さわら西京焼 里芋の煮物 ミートボール	ハンバーグ (デミグラスソース) キャベツサラダ りんご缶	あじの塩焼き 肉じゃが 春雨サラダ	えびカツ 大根の煮物 うぐいす豆	焼鯖おろしかけ 白和え 青梗菜パスタ炒め	ビーフカレー マカロニサラダ 黄桃缶
544kcal	596kcal	725kcal	609kcal	642kcal	644kcal	647kcal
<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
ホキ味噌揚げ焼き 筑前煮 和風サラダ	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	まぜご飯 がんもどき煮物 中華風酢の物 厚焼き卵	かき揚げ丼(炒め) 切干大根煮物 コーンサラダ	ホイコーロー 高野豆腐の煮物 かにシューマイ	卵のチリソース 温野菜サラダ いんげん甘辛炒め	黒むつ生姜煮 野菜ナムル ジャーマンポテト
616kcal	563kcal	628kcal	607kcal	668kcal	581kcal	621kcal
<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>
鶏肉おろしソース かぼちゃ甘煮 春雨サラダ	豚肉の焼肉風 朴の草中華和え ポテトサラダ	鮭の照り焼き ぜんまい炒め煮 つくね焼き	肉団子の酢豚 海藻サラダ ごぼう炒り煮	パスタソース フライ 切昆布の煮物 アゲテサラダ	白身魚味噌揚げ焼 じゃが芋青のり炒め 朴の草ごま和え	かに玉風オムレツ おろし生姜醤油 酢味噌和え
641kcal	683kcal	589kcal	677kcal	589kcal	619kcal	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食分・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<sup>かなえ</sup> エコトピア酒々井 酒々井町本佐倉352-2