

**満々** まんまん

# 8月の御献立

日	月	火	水	木	金	土
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;">                     8月のおすすめメニュー♪                 </div> <b>20日 ポークカレー</b> 暑い夏にぴったりな一品です。				<b>1</b> カツとじ 酢の物(キュウリ・カマ) ゴボウサラダ 657kcal	<b>2</b> ホキ味噌マヨ焼き 絹揚げ生姜醤油和え 野菜炒め 669kcal	<b>3</b> 豆腐ハンバーグ カニカマサラダ 切干大根煮物 648kcal
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
豚皿 キャブツの梅和え 大根サラダ 643kcal	あじの南蛮漬け マカロニサラダ ひじきの炒め煮 645kcal	ビビンバ丼(他) えびつみれ大根煮 厚焼き卵 565kcal	カレイ煮付け なす中華炒め 肉シュウマイ 595kcal	コロッケ 高野豆腐の煮物 春雨サラダ 654kcal	鶏照り焼き 冬瓜いため煮 フレンチサラダ 666kcal	豚肉生姜焼き はんぺんサラダ パイン缶 648kcal
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
鶏むね肉香草焼き ピマツ-セジ 炒め たくあん 596kcal	わかめご飯 揚げだし豆腐 ツナマヨサラダ 黒花豆甘煮 621kcal	黒ムツ幽庵焼き 肉じゃが 朴の中華和え 623kcal	えびカツ 大根そぼろ煮 フルーツサラダ 687kcal	中華おこわ かに入り卵焼き ミートボール 大豆トト煮 614kcal	きのこパスタ 海藻サラダ 白桃缶 661kcal	さば塩麹焼き 里芋土佐煮 ピマツ野菜炒め 677kcal
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
鶏の唐揚げ 五目卵焼き 小松菜のお浸し 522kcal	肉団子の酢豚 もやしのナムル 白菜ゆず和え 659kcal	ポークカレー 朴の草ソテー スパゲティサラダ 668kcal	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 539kcal	豚バラ蒲焼き 中華サラダ うぐいす豆甘煮 666kcal	なすのはさみ揚げ 切干大根の煮物 かぼちゃサラダ 670kcal	鶏肉のごま味噌焼 さっぱり和え (ワカ・トマ) えびシューマイ 605kcal
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>
カレイ照り焼き じゃがいも煮物 ごぼうサラダ 536kcal	かに玉風オムレツ ちくわサラダ 朴の草ソテー和え 623kcal	かき揚げ丼(他) 春雨の酢の物 長芋和え 678kcal	チンジャオロース ブロッコリー-サラダ レンコン昆布煮 616kcal	鮭のムニエル 魚河岸揚げ煮物 マカロニサラダ 720kcal	韓国風豚野菜炒め かぼちゃの煮物 大根サラダ 688kcal	釜飯風ご飯 みぞれあえ 厚焼き卵 小松菜のお浸し 604kcal

**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 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