

**満々** まんまん

# 2月の御献立

日	月	火	水	木	金	土
 <p>2月のおすすめメニュー♪</p> <p>♡14日 ハートハンバーグ♡</p> <p>バレンタインにぴったりなお弁当になっています！ ぜひご賞味ください</p>						1
						豚バラ蒲焼き 千切り野菜サラダ 青菜昆布お浸し
						667kcal
2	3	4	5	6	7	8
杵香草パン粉焼 ひじきと大豆煮 EPAイ和え物	ちらし寿司 高野豆腐含め煮 お浸し(朴の草) 厚焼き卵	五目揚げ豆腐 ツナサラダ 酢味噌和え	甘辛肉団子 カニカマサラダ カラおかか和え	菜めし 彩り卵焼き 朴の草生姜風味 かぼちゃサラダ	ハッピーチーズフライ ナス中華ソース ふるふき大根	さわら西京焼 もやし炒め 筑前煮
536kcal	522kcal	643kcal	683kcal	606kcal	646kcal	591kcal
9	10	11	12	13	14	15
鶏の照り焼き はんぺんサラダ 黒花豆甘煮	さば塩麴焼き マカロニサラダ 林檎と竹輪輪切	豚肉のタネ焼 マヨネーズ中華風 白菜漬	えびカツ ひじき五目煮 しそ実漬	鮭バター醤油焼き 高野豆腐含め煮 キャベツのサラダ	ハートハンバーグ 温野菜サラダ 海鮮シューマイ	三色丼(炒め) ごぼうサラダ 酢の物(キュウリ、わかめ)
695kcal	706kcal	625kcal	623kcal	548kcal	608kcal	569kcal
16	17	18	19	20	21	22
カキフライ かぼちゃの煮物 ビーンズサラダ	黒むつ幽庵焼き ぜんまい炒め煮 小松菜お浸し	まぜご飯 がんも煮物 中華風酢の物 厚焼き卵	ビーフカレー 卵サラダ 根菜と大豆トマト煮	カツとじ 大根と水菜のサラダ ジャガイモ芋青川炒め	カレイおカツ かぼちゃそぼろ煮 朴の草ゆず和え	なすはさみ揚げ 春雨の酢の物 きんぴらごぼう
639kcal	542kcal	656kcal	647kcal	690kcal	606kcal	622kcal
23	24	25	26	27	28	
韓国風豚野菜炒め 和風サラダ 穂先筍の煮物	鶏肉のトマト煮 かぼちゃサラダ 野菜大豆煮	鮭の幽庵焼き 炒り豆腐 スパゲティサラダ	チキン南蛮 ひじき五目煮 黄桃缶	豚肉生姜焼き 切昆布煮物 温野菜サラダ	ぶり大根 青菜昆布お浸し 厚焼き卵	
642kcal	665kcal	634kcal	674kcal	704kcal	614kcal	
 <p>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</p> <p>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)</p> <p>満々ムース 800円 (おかゆゼリー・ムースおかず・汁ゼリー)</p> <p>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)</p> <p>満々ちょっと 750円 (塩分ひかえめ3g以下で、ごはん・おかず・汁)</p> <p>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</p>						

ご注文は TEL 496-4100 (よいまんまん) へ



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）	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・ムースおかず・汁ゼリー）	800円	
	満々ひかえて	I類 <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	

◆満々とりみは、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> 鼎 エコトピア酒々井 酒々井町本佐倉352-2