

満々 まんまん

3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;"> 3月のおすすめメニュー♪ </div>  <p>14日 ロコモコ丼 新しいメニューです！ご賞味ください♪</p>						1
						一口マグロカツ 千切大根ごま酢あえ フルーツミックス 594kcal
2	3	4	5	6	7	8
鶏肉ゆずみそ炒め ポテトサラダ きんぴらごぼう	桜ちらし寿司 里芋まんじゅう 朴ノ草ピ-ツ和え 厚焼き卵	豚バラ蒲焼き 小松菜辛子和え 春雨サラダ	白身魚フリッター かぶ塩昆布和え ツヤが 芋青川和え	わかめご飯 たき合わせ 朴ノ草ピ-ツ酢和え 肉シューマイ	鶏肉の香味リス 高野豆腐含め煮 ごぼうサラダ	ハンパ-チ-ズ フライ 餅 ちと豆のサラダ 高菜漬
685kcal	532kcal	665kcal	599kcal	569kcal	578kcal	657kcal
9	10	11	12	13	14	15
鮭のソテー (外カリソース) 一口がんも煮物 ピ-ツ サラダ	松風焼き カニカマサラダ 三色豆	ひじきご飯 さわら西京焼き キャベツとツのサラダ ミートボール	韓国風豚野菜炒め かぼちゃの煮物 大根サラダ	五目揚げ豆腐 いり昆布煮 みかん缶	ロコモコ丼 ひじき大豆煮物 白桃缶	朴の味噌マヨ焼 ぜんまい炒め煮 さつま芋サラダ
684kcal	651kcal	663kcal	724kcal	649kcal	610kcal	587kcal
16	17	18	19	20	21	22
八宝菜 海鮮シューマイ いんげん甘辛炒め	あじフライ ふきの含め煮 マカロニサラダ	豚と丸中華リス 春雨サラダ 菜の花辛子和え	ビビンバ丼 酢の物 厚焼き卵 りんご缶	鶏の唐揚げ ひじき五目煮 ポテトサラダ	鮭のバター醤油焼 はんぺんサラダ 酢みそ和え	オムレツ 里芋土佐煮 パ-ゲティサラダ
642kcal	615kcal	708kcal	595kcal	616kcal	584kcal	647kcal
23	24	25	26	27	28	29
豆腐ハンバーグ 大根かきサラダ ぼたもち	キャベツ豚肉味噌炒め えびシューマイ 筑前煮	カキフライ 大根しらすサラダ きんぴらごぼう	ハヤシライス コールスローサラダ マンゴー	肉団子の酢豚 海藻サラダ 切昆布大豆煮	鶏の照り焼き ポテトサラダ たけのこの煮物	ホック塩焼き 一口がんも煮物 クリームチュー
690kcal	612kcal	620kcal	699kcal	679kcal	675kcal	615kcal
30	31	エコトピア酒々井 (特別養護老人ホーム) がご高齢者向け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) 満々ちょっと 750円 (塩分ひかえめ3g以下で、ごはん・おかず・汁)				
鯖の味噌煮 朴ノ草中華和え 刻みきゅうり漬	メンチカツ 3色野菜ナムル ごぼう炒り煮					
587kcal	655kcal					

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

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・ムスおかず・汁ゼリー）	800円	
	満々ひかえて	I補料 -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。

かなえ

◆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