

**満々** まんまん

# 4月の御献立

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		赤飯 炊き合わせ から揚げ 大根サラダ 621kcal	鮭のソテー・外外ソテー 若竹煮 中華風酢の物 689kcal	ハンバーグ (キャブ・ソース) 肉じゃが コールド・サラダ 678kcal	一口まぐろカツ ふきの含め煮 青梗菜和え物 606kcal	鶏肉のねぎソテー 菜の花の辛子和え フレンチサラダ 619kcal
6	7	8	9	10	11	12
ホキの香草焼き ぜんまい炒め煮 スパゲティサラダ 597kcal	豆腐ハンバーグ キャブ・ツツのサラダ ひじき煮 652kcal	たけのこご飯 さわら西京焼き 酢の物(キャブ・わか) ふきの煮物 517kcal	甘辛肉団子 はんぺんサラダ 杓の草ごま和え 675kcal	えびカツ 大根そぼろ煮 ポテトサラダ 676kcal	焼鮭おろしソテー 白菜の炒め煮 穂先筍煮物 560kcal	チキン南蛮 かぼとち団子煮 海藻サラダ 693kcal
13	14	15	16	17	18	19
韓国風豚野菜炒め 厚揚げきのこあん 温野菜サラダ 693kcal	彩り野菜カレー コールド・サラダ オムレツ 622kcal	鶏肉トマト煮込み 杓の草ソテー 人参とキャブ白和え 650kcal	豚バラ蒲焼き さっぱり和え 海鮮シューマイ 684kcal	菜めし 揚げ出し豆腐 カニカマサラダ 厚焼き卵 679kcal	さわら照り焼き 高野豆腐含め煮 ツナサラダ 644kcal	ハンバーグ (オコソウ)ソテー ジャガ芋炒め煮 トマト和え物 619kcal
20	21	22	23	24	25	26
豚豚 ポテトサラダ 小松菜の和え物 672kcal	チンジャオロース かぼちゃあんかけ 白菜ポン酢和え 589kcal	なすのはさみ揚げ 春雨サラダ きんぴらごぼう 679kcal	さば幽庵焼き 切り昆布煮物 スパゲティサラダ 645kcal	わかめご飯 大根と鶏肉の煮物 磯華玉子焼き ブロッコリーサラダ 633kcal	クリームコロケ 和風サラダ 筍の煮物 652kcal	白身魚の南蛮漬 筑前煮 杓のわか和え 578kcal
27	28	29	30	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;">                         4月のおすすめメニュー                           8日 たけのこごはん                          季節の味をお楽しみください！                     </div>		
肉豆腐 キャブとわか和え物 海鮮シューマイ 673kcal	さば竜田甘酢あん ちくわサラダ 春雨和え物 729kcal	あじフライ 大根の煮物 3色野菜ナムル 616kcal	八宝菜 キャブ・ツツのオロサラダ ザーサイ 594kcal			

**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