



ゆとりえキッチン 5月のメニュー

日替わり定食《ご飯・汁物・おかず・デザート》 500円

定食+飲み物《コーヒー・紅茶》 600円



お肉系のサンプル



お魚系のサンプル

日付	献立
5日(金)	祝日(こどもの日)
12日(金)	<ul style="list-style-type: none">あじの南蛮漬けほうれん草の胡麻あえくだもの
19日(金)	<ul style="list-style-type: none">たけのこごはん鶏肉の梅味噌焼きブロッコリーともやしの辛子マヨあえくだもの
26日(金)	<ul style="list-style-type: none">あじのトマト甘酢ソースほうれん草の木耳炒めくだもの

★食材の関係でメニューが変更する場合がございます

営業時間 午後5時～6時30分
(6時までにお越しください)

◆予約受付時間
午前8時30分～午後5時
☎ 0422-72-0311
(予約当日は10時まで受付)

当日キャンセルは500円の御代をいただきます
★午前10時以降のお取消し
★6時までにご連絡が無く、お越しにならない時



ムーバスもご利用できます

吉祥寺駅北口・三菱UFJ前『東循環』乗車

『◎特養ゆとりえ前』下車

ゆとりえ 武蔵野市吉祥寺南町 4-25-5



ゆとりえキッチン テイクアウトメニュー



ゆとりえ

武蔵野市吉祥寺南町4-25-5
0422-72-0311

5

祝日 (こどもの日)

12

- ・あじの南蛮漬け
- ・ほうれん草の胡麻あえ
- ・くだもの

(エネルギー：522Kcal /たんぱく質20.5g)

19

- ・たけのこごはん
- ・鶏肉の梅味噌焼き
- ・ブロッコリーともやしの辛子マヨあえ
- ・くだもの

(エネルギー：525Kcal /たんぱく質27.4g)

26

- ・あじのトマト甘酢ソース
- ・ほうれん草の木耳炒め
- ・くだもの

(エネルギー：491Kcal /たんぱく質20.7g)



新茶の季節です！
 新茶を飲むと1年間無病息災で過ごせる言い伝えがあります。また甘みと旨みを感じるテアニンが多いため飲みやすくなっています。特に新茶に限っては就寝前にのむと良く眠れるそうなので睡眠30分前がおすすめです。

1 お申し込みは**予約制**です
 予約受付は**8時30分～17時**
 予約当日は**10時まで**

2 受け渡し時間は**毎週金曜日**
18時～18時30分です

3 料金は**500円 (税込)**です

4 当日キャンセルは**500円**の御代をいただいております
 ・10時以降のお取消し
 ・18時30分までに
 お越しにならない時

⚠️ 食材の関係で内容が変更する場合がございます



10食限定
200円
/個

写真は一例です

ゆとりえもったいない食堂 ちょこっと応援弁当

毎週水曜日11時45～12時15分



申し込みはお電話
0422-72-0311へ
〆切：火曜17時まで



特別養護老人ホーム ゆとりえ
住所：武蔵野市吉祥寺南町
4-25-5

どなたでもご利用いただけます
マイバック持参をお願いします。

