

# 外旭川デイサービスセンター いぶき

# 3月のメニュー



## 【レクリエーション】

- 3/2~7 ひな祭りゲーム
- 9~14 ホワイトデーゲーム
- 16~21 がんばれ！日本ゲーム／誕生会
- 23~28 春が来たゲーム
- 30~4/4 山菜採りゲーム

【演芸】未定

お問い合わせ先

秋田市外旭川字鳥谷場136

TEL 018-868-5415

FAX 018-868-5416

| 2日(月)                                      | 3日(火)   | 4日(水)   | 5日(木)   | 6日(金)   | 7日(土)   |
|--|---|---|---|---|---|
| チキンカレー<br>ブロッコリーサラダ<br>コンソメスープ<br>フルーツ     | ちらし寿司<br>茶碗蒸し<br>揚げ茄子の<br>甘味噌かけ<br>吸い物<br>フルーツポンチ | 鯖の味噌煮<br>もやしの<br>ポン酢和え<br>ひじきの煮物<br>フルーツ  | 鶏の唐揚げ<br>切干大根サラダ<br>ほうれん草の<br>煮浸し<br>フルーツ   | 豚肉の漬け焼き<br>菜の花の和え物<br>なます<br>フルーツ<br><b>おやつ・・・桜餅</b>  | ホッケの山椒焼き<br>ふきの金平<br>カリフラワーの<br>サラダ<br>フルーツ   |
| 9日(月)                                      | 10日(火)  | 11日(水)  | 12日(木)  | 13日(金)  | 14日(土)  |
| 鱈の野菜あんかけ<br>さつま芋サラダ<br>春雨の酢の物<br>金時豆       | 焼き肉風<br>もやしのナムル<br>卵豆腐<br>フルーツ                    | カレイの<br>漬け焼き<br>じゃが芋の<br>コンソメ煮<br>春菊の<br>なめ茸和え<br>フルーツポンチ                             | 他人煮<br>白菜の磯和え<br>マカロニサラダ<br>フルーツ  | コーンコロケ<br>金平ごぼう<br>もやしのサラダ<br>フルーツ<br><b>おやつ・・・やわらかおかき</b>  | 鶏肉の治部煮<br>菜の花の和え物<br>南瓜の甘煮<br>漬物              |
| 16日(月)                                     | 17日(火)  | 18日(水)  | 19日(木)  | 20日(金)  | 21日(土)  |
| 八宝菜風<br>えび焼売<br>南瓜の甘煮<br>漬物                | 鮭のフライ<br>ビーフン炒め<br>オクラの<br>おろし和え<br>漬物            | ひき肉カレー<br>カリフラワーの<br>サラダ<br>コンソメスープ<br>フルーツ   | 鯖の味噌煮<br>菜の花の<br>胡麻和え<br>金時豆<br>すまし汁<br>フルーツ  | 鶏肉の甘辛煮<br>キャベツの<br>サラダ<br>さつま芋<br>きんとん<br>漬物<br><b>おやつ・・・杏仁豆腐</b>   | 赤魚の煮付け<br>ほうれん草の<br>なめ茸和え<br>豆腐の田楽<br>フルーツポンチ |
| 23日(月)                                     | 24日(火)  | 25日(水)  | 26日(木)  | 27日(金)  | 28日(土)  |
| ぶりの照り煮<br>菜の花の胡麻和え<br>もずく酢の物<br>フルーツ       | 三食丼<br>春雨サラダ<br>南瓜の甘煮<br>フルーツ                     | 目鯛の生姜焼き<br>蓮根の炒め煮<br>ほうれん草の<br>おかか和え<br>ヨーグルト和え                                       | 麻婆豆腐<br>ポテトサラダ<br>ふきの炒め煮<br>フルーツポンチ   | 赤魚の柚香焼き<br>厚揚げの<br>味噌炒め<br>もやしのナムル<br>フルーツ<br><b>おやつ・・・ミニたい焼き</b>   | 豚肉の炒め物<br>切干大根の炒め煮<br>オクラの梅肉和え<br>フルーツ        |
| 30日(月)                                     | 31日(火)  |   |   |   |   |
| メンチカツ<br>南瓜の蟹あんかけ<br>ほうれん草の<br>磯和え<br>フルーツ | 鶏肉の胡麻味噌煮<br>高野豆腐の煮物<br>わかめの酢の物<br>フルーツ            |  |  | <br><b>おやつ・・・抹茶プリン</b> |   |

※都合により献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。