

月	火	水	木	金	土
					1 カラオケ ・趣味活動
3 体重♀ カラオケ ・趣味活動	4 体重♀ カラオケ ・趣味活動	5 体重♀ カラオケ ・趣味活動	6 体重♀ ハーモニカ	7 体重♀ 絵手紙	8 体重♀ カラオケ ・趣味活動
10 大正琴演奏会	11 尺八	12 折り紙	13 カラオケ ・趣味活動	14 健康音楽	15 カラオケ ・趣味活動
17 尺八	18 カラオケ ・趣味活動	19 民謡	20 カラオケ ・趣味活動	21 ハーモニカ	22 カラオケ ・趣味活動
24 カラオケ ・趣味活動	25 折り紙	26 あじさい (演芸)	27 檜本組 (マンドリン・ギター)	28 マジック	29 カラオケ ・趣味活動
31 カラオケ ・趣味活動					

※行事予定は事前の予告なく変更になる場合がございます。予めご了承下さい。

月	火	水	木	金	土
					1 春のたまご丼 お吸物(しめじ・大根葉) ほうれん草のピーナツ和え フルーツ(オレンジ) 462 Kcal ☆おやつ☆ ワッフル
3 ひな祭り寿司 すまし汁 かぶと鶏肉の煮物 菜の花の辛子和え 卵豆腐 432 Kcal ☆おやつ☆ ひな祭りおやつ(男雛)	4 ご飯 みそ汁(玉葱・椎茸) ほっけの塩麹焼き ひじきの煮物 フルーツ缶(ミックス) 434 Kcal ☆おやつ☆ ひな祭りおやつ(女雛)	5 きつねそば かに焼売 ブロッコリーのごまドレッシング フルーツ(バナナ) 480 Kcal ☆おやつ☆ どら焼き	6 ご飯 お吸物(とろろ・貝割) 鶏肉の梅肉焼き きんぴらごぼう 菜の花のくすみ和え 436 Kcal ☆おやつ☆ 上用まんじゅう	7 ご飯 みそ汁(大根・ねぎ) かれいの焼き浸し なすの炒め物 フルーツ(オレンジ) 435 Kcal ☆おやつ☆ クレープ	8 ご飯 中華スープ(もやし・大根葉) 麻婆豆腐 春雨サラダ フルーツ(パイナップル) 554 Kcal ☆おやつ☆ ホワイトチョコムース
10 ご飯 お吸物(うずまき・貝割) さばの味噌煮 小松菜の磯和え フルーツ缶(ミックス) 450 Kcal ☆おやつ☆ ドームケーキ	11 ご飯 みそ汁(しろな・えのき) かにかま入り卵焼き 鶏肉と大根のオイスター煮 フルーツ(バナナ) 506 Kcal ☆おやつ☆ とちあいかのモンブラン	12 ご飯 みそ汁(玉葱・ワカメ) あじの生姜煮 れんこん金平 香の物(桜だいこん) 411 Kcal ☆おやつ☆ ヨーグルト	13 ご飯 みそ汁(もやし・かぶ葉) 牛すき煮 じゃが芋のたらこ炒め フルーツ(キウイ) 542 Kcal ☆おやつ☆ チョコレートまんじゅう	14 ご飯 みそ汁(畑菜・うずまき) 白身魚の菜種焼き 若竹煮 フルーツ(パイナップル) 499 Kcal ☆おやつ☆ スイートポテト	15 ボークカレー コールスローサラダ フルーチェ(いちご) 香の物(福神漬) 635 Kcal ☆おやつ☆ パンケーキ
17 えびピラフ コンソメスープ 鶏肉のバジル焼き カリフラワーサラダ ゼリー 515 Kcal ☆おやつ☆ お彼岸用生和菓子	18 ご飯 お吸物(豆腐・ねぎ) 白身魚の味噌漬焼き 切干大根の煮物 二色和え 408 Kcal ☆おやつ☆ かえでの実	19 ご飯 みそ汁(もやし・畑菜) 鶏肉のごま醤油焼き マカロニサラダ フルーツ(オレンジ) 480 Kcal ☆おやつ☆ 洋梨タルト	20 あさりご飯 お吸物(花巻・貝割) 天ぷら二種盛り 菜の花の錦糸和え フルーツ缶(ミックス) 459 Kcal ☆おやつ☆ ココアワッフル	21 ご飯 中華スープ(春雨・ワカメ) ブルコギ チンゲン菜のナムル フルーツ(バナナ) 513 Kcal ☆おやつ☆ どら焼き	22 ご飯 みそ汁(油揚げ・かぶ菜) 銀だらの照り焼き 畑菜のなめたけ和え フルーツ(パイナップル) 509 Kcal ☆おやつ☆ ヨーグルト
24 ご飯 みそ汁(冬瓜・オクラ) 赤魚の煮付け ブロッコリーとえびの和え物 フルーツ缶(黄桃) 447 Kcal ☆おやつ☆ ココアの実	25 二色丼 みそ汁(里芋・ねぎ) なすの煮浸し 白菜のさっぱり和え 527 Kcal ☆おやつ☆ 莓タルト	26 ご飯 みそ汁(豆腐・貝割) 揚げ鶏の香味ソース 南瓜のごま和え フルーツ缶(りんご) 574 Kcal ☆おやつ☆ しあわせ饅頭(桜)	27 ご飯 みそ汁(玉葱・油揚げ) ほっけのねぎ醤油焼き れんこんの甘草炒め うずら豆 461 Kcal ☆おやつ☆ 上用饅頭(枝桜)	28 五目チャーハン 焼き餃子 ブロッコリーサラダ 中華スープ(畑菜・長葱) 505 Kcal ☆おやつ☆ しあわせ桜おやき	29 ご飯 みそ汁(小松菜・うずまき) フライ二種盛り 冬瓜のかにかまあんかけ フルーツ(バナナ) 544 Kcal ☆おやつ☆ 匠 桜どら焼
31 にゅうめん 天ぷら二種盛り 白菜のゆかり和え フルーツ缶(マンゴー) 462 Kcal ☆おやつ☆ 今川焼					

※献立予定表は事前の予告なく変更になる場合がございます。予めご了承下さい。