



3月 ランチメニュー



- ・仕入れ状況によりメニューや食材が変更になる場合がございます
- ・施設内で調理した、出来立ての温かいお料理を提供しております。

はあむふるあたご
 テイサービスセンターさかえ

日 月 火 水 木 金 土

今年は春の訪れが早いように感じます。春を感じさせる食材も店頭に並び始めました♪

3月はケーキバイキングや甘酒作りなどのおやつレクなどを
 予定しています。



1 ごはん 先勝 みそ汁 ミックスフライ ごぼうサラダ ごま和え	2 ちらし寿司 友引 すまし汁 ミートボール おひたし ひじき煮					
3 先負 	4 ごはん 仏滅 みそ汁 とろあじの甘酢がけ マカロニサラダ もやしのみそ炒め	5 ごはん 大安 みそ汁 ハムカツ 切り干し大根 ブロッコリーサラダ	6 ごはん 赤口 みそ汁 白身フライ 大根の煮物 カリフラワー炒め	7 ごはん 友引 みそ汁 ホッケの塩焼き 茄子の煮びたし えのきの和え物	8 ごはん 先負 みそ汁 マーボー豆腐 冬瓜の薄くず ツナサラダ	9 ごはん 仏滅 みそ汁 ほうれん草のクリーム煮 ポテトサラダ 大豆うま煮
10 大安 	11 ごはん 赤口 みそ汁 オムレツデミソースがけ ひじきとじゃが芋煮 和風サラダ	12 ごはん 先勝 みそ汁 鮭の味噌焼き 肉詰めいなり オクラのおかか和え	13 ごはん 友引 みそ汁 トラウトのキリ添え もやしの中華和え 白花煮豆	14 ごはん 先負 みそ汁 ロールキャベツ 金時豆 厚焼き玉子	15 ごはん 仏滅 みそ汁 肉じゃが 茹でキャベツ和え イワシ梅煮	16 ごはん 大安 具沢山汁 サーモンマヨ焼き 麩の煮物 漬け物
17 赤口 	18 わかめごはん 先勝 みそ汁 鯖の味噌煮 小松菜の煮浸し たまごサラダ	19 かぼちゃカレー 友引 みそ汁 はんぺんバター イタリアンサラダ	20 炊き込みご飯 先負 すまし汁 ポテトサラダ えび焼売 漬け物	21 春分の日 赤飯 仏滅 にゅう麺 生姜焼き ほうれん草のごま和え	22 中華丼 大安 みそ汁 イカボール 黒豆	23 親子丼 赤口 みそ汁 チーズ焼き 漬け物
24 先勝 	25 ごはん 友引 みそ汁 秋刀魚の塩焼き ポテトサラダ コーンの卵とじ	26 ごはん 先負 みそ汁 鶏と根菜の煮物 フレンチポテト 卵の花	27 ごはん 仏滅 みそ汁 アジフライ じゃが芋ベーコン炒め 酢の物	28 天ぷらそば 大安 	29 ごはん 赤口 みそ汁 チンジャオロース スパゲッティサラダ なめたけ和え	30 ごはん 先勝 みそ汁 カレーの煮つけ 茄子の揚げ浸し 厚焼き玉子



2月も鍋の日を数日設けました。酒粕を使った鍋はとても温まり、お代わりされる方も多くいらっしゃいました！

