



# 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  
 デイサービスセンターさかえ

日	月	火	水	木	金	土
<b>ひなまつり</b> 『上巳(じょうし)の節句』とか、邪気をはらうという桃の花が咲く頃に行うので『桃の節句』と言われています。身の汚れや災いを人形に移して川に流し、厄払いをしたという古代中国の風習が平安時代に伝わり、上巳の節句という無病息災を願う日本の行事となりました。はじめは「流しびな」をしていますが、江戸時代に、現代のような雛祭りが定着したと言われています。		1	2	3	4	
		ブルコギ丼 みそ汁 白菜の塩昆布和え	ごはん みそ汁 ロールキャベツ はんぺんバター ポテトサラダ	ひな祭りメニュー ちらし寿司 すまし汁 ミートボール 菜の花の辛子和え	ごはん ミネストローネ ポテトのチーズ焼き 和風サラダ	
5	6	7	8	9	10	11
	リクエストメニュー ごはん みそ汁 鮭の塩焼き ふるふき大根 いんげんピーナッツ和え	リクエストメニュー ごはん みそ汁 野菜炒め 餃子 カリフラワーのサラダ	ごはん みそ汁 豚の生姜焼き ぜんまいの煮物 マカロニサラダ	ごはん みそ汁 鱈の西京焼き 炒り豆腐 荳わかめのサラダ	リクエストメニュー ごはん みそ汁 カレーの煮付け 冬瓜の蟹あんかけ 大根きんぴら	ごはん みそ汁 ホキのムニエル ふきと厚揚げの煮物 小松菜の辛子和え
12	13	14	15	16	17	18
今週は 日替りごはん!	いなり寿司 みそ汁 茄子の味噌炒め 菜の花のおかか和え	赤飯 すまし汁 鯖の胡麻ソースかけ 麩の卵とじ もやしのナムル	山菜ごはん みそ汁 鯖の煮付け 茶碗蒸し ほうれん草白和え	きのこご飯 みそ汁 唐揚げ 揚げ出し豆腐 春雨サラダ	五目ごはん みそ汁 白身フライ はんぺんチーズ 小松菜の煮浸し	ひじきご飯 みそ汁 野菜コロケ ウイナー炒め ハムともやしのサラダ
19	20	21	22	23	24	25
	ごはん 先勝みそ汁 メンチカツ かぶのコンソメ煮 たまごサラダ	ごはん みそ汁 麻婆豆腐 春雨炒め たまご焼き	ごはん みそ汁 アジフライ 五目豆腐 キャベツのおかか和え	親子丼 みそ汁 浅漬け風 黒豆	リクエストメニュー カレーライス わかめスープ フレンチサラダ	鮭ごはん みそ汁 酢豚風煮 えびシューマイ ほうれん草の胡麻和え
26	27	28	29	30	31	
	リクエストメニュー ごはん みそ汁 天ぷら なめ茸和え 黒豆	リクエストメニュー ごはん みそ汁 鮭の塩麹焼き 切り干し大根 かぼちゃのサラダ	リクエストメニュー わかめごはん クリームシチュー コールスローサラダ	ごはん みそ汁 肉じゃが 茄子の煮浸し 玉子豆腐	ごはん みそ汁 鶏肉のさっぱり煮 茄子ときのごソテー のり酢和え	たぬきうどん 

3月にお誕生日を迎えられるお客様よりリクエストをいただきました。

6日中村様、藤澤様 7日村上様 10日石丸様  
 24日細川様 27日岸本様 28日吉田様  
 29日高山様

HAPPY BIRTHDAY



窓から見える山の雪も消え始め、春の訪れを感じる今日この頃。春を感じさせる食材も店頭に並び始めましたね♪センターでは、桜餅、甘酒つくりなど、季節のおやつレクも企画しています♪

