April 4月

月	火	水	木	金	土	日
					1 かれいの煮魚 ささげ炒め オクラお浸し 肉入りみそ汁 ババロア カラオケ	2
3 ポークカレー 卵サラダ 野菜スープ フルーツヨーグルト たい焼き ダーツ	4 タラの香草焼き なす炒め ほうれん草の和え物 キャベツ汁 ウエハース、ヤクルト ダーツ	5 はんぺんフライ サラダ きのこ甘辛煮 芋汁 豆乳プリン ダーツ	6 山菜うどん 麻婆大根 白菜と人参の胡麻酢 ヤクルト パンプキン バランスタワー	7 赤魚の煮魚 キャベツ炒め なのはな胡麻和え 豆腐汁 たこ焼き バランスタワー	8 エビカツ すき昆布煮 ツナサラダ 掻き玉スープ バームクーヘン バランスタワー	9
10 たけのこご飯 ほたてクリームコロッケ 煮しめ ほうれん草柚香和え たまごせんべい 曜日対抗頭脳ゲーム	11 たまご豆腐蟹あん ニラと豚肉炒め かぼちゃの含め煮 ふのりみそ汁 くろ棒カルシウム 曜日対抗頭脳ゲーム	12 煮ハンバーグ ポテトサラダ 白菜わさび和え 豆腐汁 いちごゼリー 曜日対抗頭脳ゲーム	13 鰆の西京漬け 子和え ブロッコリーおかか和え さつまいも汁 キャラメルプリン 外気浴（DVD鑑賞）	14 シーフードカレー もやし炒め モロヘイヤお浸し ワンタンスープ まんじゅう 外気浴（DVD鑑賞）	15 すり身のふんわり揚げ さつまいもねりこ わかめの酢味噌和え 掻き玉汁 甘酒 外気浴（DVD鑑賞）	16
17 焼き餃子 モロヘイヤのだし割 マカロニサラダ 中華スープ 抹茶プリン ビンゴゲーム	18 焼きそば 白菜の胡麻和え わかめスープ ヤクルト 水ようかん ビンゴゲーム	19 八宝菜 白和え オクラのたたき えのきみそ汁 たまごせんべい ビンゴゲーム	20 ほっけの塩焼き もやしのおかか和え 肉じゃが 大根なめこ汁 パンナコッタ バスケット	21 めばるの漬焼き 大根いり鳥 白菜の和え物 うず巻きふ汁 えびせんべい バスケット	22 ロールキャベツ 冬瓜炒め 海藻サラダ 掻き玉汁 焼きドーナツ バスケット	23
24 かれいの焼き魚 野菜の五色炒め ねかぶ二杯酢 山東菜汁 まんじゅう カレンダー	25 油林鳥 かぼちゃサラダ モロヘイヤ生姜醤油 わかめみそ汁 チョコプリン カレンダー	26 津軽ラーメン さつまいも甘辛煮 ほうれん草おかか和え ぶどうゼリー どら焼き カレンダー	27 チキンのハニーマスタード 胡麻ドレサラダ 白菜炒め 清汁 丸ぼうろう 新レク	28 ほっけ焼き魚 金平ごぼう かぶの酢の物 なめこ豆腐汁 くろ棒カルシウム 新レク	29 肉団子のあんかけ 長芋浸し ほうれん草胡麻和え 根菜汁 プリン 新レク	30

お知らせ

3月はイベント風呂のしょうがの湯を予定しています。楽しみにしていてくださいね。

新型コロナウイルス感染症対策の為引き続きマスクの着用をお願いしています。汚れる場合もありますので予備のマスクの持参をお願いします。