



厨房物語

介護老人保健施設
ニューライフ芙蓉

明治2年（1869年）3月11日、フランス人の神父が伝道中に中国・四川省の民家で白と黒の熊の毛皮をみせられ、それを伝えた事でパンダは世界中に知られるようになり、3月11日は「パンダ発見の日」となりました♪さて問題！パンダのしっぽは黒？それとも白？どっちでしょう♪
今月6日は和食バイキングを行います☆お腹いっぱいになるまで選んで楽しんでください（*´▽`）

令和 2年 3月 デイケア（通所リハビリテーション） 予定献立



日	曜	行事	予定献立	おやつ
1	日		お休み	
2	月		舌平目のソテータルタルソース・しめじとベーコンのソテー ところ天サラダ・ヤクルト	レアストロベリーケーキ
3	火		ちらし寿司・清汁（花麩・ミツバ）・大根と油揚げの炒め物 菜の花の和え物・黄桃缶	和菓子 ひな人形
4	水		鯖の塩焼き・しらたきと油揚げの炒め・キュウのおかか和え・ヨーグルト	杏仁豆腐
5	木		ポークカレー・水菜とはんぺんのサラダ・パイン缶・ジョア	原宿ドッグ（チーズ）
6	金		和食バイキング	2つのプチシュー
7	土		ほっけの塩焼き・ふきと豚挽きの炒め・かぶのラッキョ酢和え・のり佃煮	ココアムース
8	日		お休み	
9	月		鶏のから揚げ・山くらげの油炒め・ごま豆腐・牛乳	チップスター
10	火		豚肉の卵とじ・揚げなすのお浸し・白菜の磯辺和え・オクラのおかか和え	スイスロール（炭火焼）
11	水		赤魚のみりん焼き・ひじきの煮物おろし和え・春菊のいそっこ和え 野菜ジュース	栗かすてら饅頭
12	木		肉汁うどん・人参の子和え・モロヘイヤの和え物・ポテトサラダ	チーズケーキ
13	金		タラのガーリックパン粉焼き・しらたきと竹輪の炒め ちんげん菜のピーナッツ和え・りんごジュース	和菓子 ホワイトデー
14	土		中華風炒り卵・じゃが芋の白煮・小松菜とシジの和え物・ニン切り込み	マロンクリームワッフル
15	日		お休み	
16	月		さっぱり蒸し鶏・ちんげん菜の塩炒め・なめ茸おろし スパゲティサラダ	さつま芋饅頭
17	火		サーモンの塩焼き・大根の油炒め（エビ・シソ）・菜の花の辛子和え ヤクルト	牛乳かん
18	水		豚肉の生姜焼き丼・温泉卵のあんかけ・ところ天・洋梨缶	かえでの実
19	木	選択食	A. 金目鯛の和えあん・キャベツのみそ炒め・長芋の味よし和え・りんご煮 B. パンの盛り合せ・エビフライのマヨソース・カスブ・りんご煮	フルーチェ（オレンジ）
20	金	春分の日	さつま汁・小松菜の煮浸し・もやしの中華サラダ・いそっこ	お彼岸の生和菓子
21	土		ホイコーロー・エビのせシューマイ・生姜豆腐・春雨中華サラダ	クリームブッセ
22	日		お休み	
23	月		エビピラフ・具沢山ミネストローネスープ・蒸し鶏のサラダ・白桃缶 野菜ジュース	もみじ饅頭
24	火		アンコウの唐揚げおろしポン酢・煮豆・中華揚げの和え物・しそひじき	お好みおやつ
25	水		シチュー（チキン）・人参とブロッコリーのサラダ・豆と根菜のサラダ みかん缶	黒胡麻のケーキ
26	木		牛肉の焼肉風炒め・すり身煮（かに）・オクラの和え物・牛乳	フルーチェ（ミックスベリー）
27	金		銀ひらすの塩麹焼き・なすの田楽・トコ昆布とかぶの甘酢漬け・ジョア	スイスロール（バニラ）
28	土		たらの付け焼き・キャベツの油炒め・山東菜のゆかり和え・マロンサラダ	ペアクリームワッフル
29	日		お休み	
30	月		はんぺんチーズフライ・貝焼きみそ風・モロヘイヤのなめ茸和え・ヤクルト	小倉抹茶
31	火		なめこおろしそば・ぜんまいと豚挽きの炒め物・白菜のおかか和え かぼちゃサラダ	チョコロールケーキ

普段は全ての日にみそ汁と漬物がついています。止むを得ず変更する場合がありますがご了承下さい。