

綾 デイ便り

発行元 / 綾デイサービスセンター山科

2024年3月号

ひな祭り



ひな祭りとは「桃の節句」のことで、女の子のお祝いの日です。

この日に飾るひな人形には、子どもたちをケガや病気から守ってくれる意味があるそうで、健康長寿や幸福の願いが込められています。

子どもの日ではありますが、健康長寿や幸福の願いはどの世代でも祈りたいものです。

まだまだ風邪や花粉症が続きますが、健康でいたいものです。



手作りおやつ



バレンタインのお返しをする日はホワイトデーですが、このホワイトデーは日本発祥のイベントだそうです。贈り物にはお返しをする日本らしいイベントですね。

綾ではホワイトチョコを使ったブラウニーを作りました。そこまでチョコ感はなく、あっさりとした味わいでした。

また、お彼岸ということでおはぎも作りました。きなことあんこのちょっと塩味のきいた甘さが美味しかったです。

「みなさま春が近づいてきました」

今年の冬はあたたかいと油断していたら、急に寒くなりましたね。特に3月になってから季節がかわったように寒い日が続きました。春はまだか。という声もよくききますが、さくらの開花時期ははじめの予想より少し遅くなるようです。

最近の気候は、今までの常識がだんだん当てはまらないようです。桜も南から順番に咲くのではなく関東地方が西日本より先に咲くこともあるようです。

4月にはみなさんと「お花見ドライブ」に行きたいですね。桜の花と菜の花を一緒に見られたらたいへんきれいです。本格的な春の訪れが待ち遠しいですね。

統括部長 浦山 陽一



献立表



	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
昼食	きのこスパゲティ パン スープ ポテトサラダ	白身魚のバター醤油焼きおろしポン酢 根菜の煮物 竹の子ご飯 かにスティックサラダ 畑菜の生姜醤油和え	天ぷらそば 白和え かやくご飯 煮物	肉団子の甘酢和え スープ 青菜の和え物	親子丼 みそ汁 ひじきの煮物 酢の物	チーズハンバーグ カリフラワーのソテー 青菜の煮浸し コールスローサラダ
おやつ	パンナコッタ	水ようかん	オレンジゼリー	手作りぜんざい	コーヒーゼリー	ミニエクレア
	8	9	10	11	12	13
昼食	トマト風ポトフ パン スープ スパゲティサラダ	彩り野菜のポークジンジャー 根菜の炒め煮 棒々鶏サラダ いんげんの味噌和え	ビビンバ チヂミ スープ 揚げぎょうざ	中華丼 スープ 揚げぎょうざ 中華風サラダ	かた焼きそば ぎょうざ スープ おにぎり もやし炒め	特別弁当
おやつ	チョコババロア	クレープ	杏仁豆腐	レアチーズ	プリン	くずもち風ゼリー黒蜜かけ
	15	16	17	18	19	20
昼食	ブリの醤油こうじ漬け焼き ビーフン 和風ソテー 菜の花のお浸し ちくわの磯辺揚げ	ちらし寿司 おすまし 煮物 青菜の和え物	チャーハン 水ぎょうざ ナムル 豚のしょうが焼き	コロッケ スープ ナポリタン マカロニサラダ	ラーメン ナムル チャーハン ぎょうざ	イワシの蒲焼き 山菜ちらし 竹の子の炊き合わせ チンゲン菜のお浸し 大根の和風ドレッシング和え
おやつ	モモ缶	ようかん	パンナコッタ	キャラメルプリン	チョコババロア	イチゴドーナツ
	22	23	24	25	26	27
昼食	クリームシチュー パン スープ マカロニサラダ	タンダーチキン野菜炒め添え 大豆とハムのサラダ ちくわとごぼうの金平風 うまい菜の辛子和え	たぬきうどん いなり寿司 青菜の和え物	天津飯 スープ ぎょうざ 春雨サラダ	天丼 みそ汁 千切り大根 浅漬け	特別弁当
おやつ	手作りさくらもち	ミニクリームパン	ようかん	杏仁豆腐	パンナコッタ	カップケーキ
	29	30				
昼食	牛肉のブルコギ チンゲン菜と油揚げの煮浸し たこ焼き 大根サラダ	オムライス スープ コールスローサラダ じゃがいものカレー炒め				
おやつ	みかんゼリー	コーヒーゼリー				
				←手作り昼食		←お弁当

- 4月レクリエーション予定
- ・お花見
 - ・健康運動指導士の今井先生によるリハビリ体操 4/6(土) 13(土) 26(金)
 - ・手作りおやつ(桜餅) ・買物レク

当センターへのご意見やご提案、苦情については、下記の窓口にお申し出ください。

綾デイサービスセンター山科ご相談窓口 TEL 075 (572) 7528 FAX 075 (572) 7521