

# 多国籍プレート



## 自慢のプレートランチ

来月は  
3月17日(火)  
お楽しみに！！

- 令和8年2月12日(木)昼食 デイ
- ・ガパオライス
  - ・モロヘイヤのスープ
  - ・ケバブ風チキン
  - ・鮭のレムラードソース
  - ・里芋グラタン
  - ・ベーコンと野菜の香味和え
  - ・小松菜とあさりの餡かけ
  - ・アボカドグリーンサラダ
  - ・揚げ茄子



# デイナービス みどりの森だより

令和8年  
3月号

日	月	火	水	木	金	土
7	2 コロコロキック	3 みしなで 桜もち	4 ボトルクツブ	5 折り紙倶楽部	6 ボールゲーム	7 カラオケ大会
8	9 お花倶楽部	10 D杯	11 Vo. かりけ	12 ホッパ	13 スローゴロV	14 モリック
15	16 お手玉ゲーム	17 アーミング	18 書道倶楽部	19 カラオケBox	20 お花倶楽部	21 フライングボリー
22	23-28 お花をさかせましょう！！					
29	30 輪がざ	31 折り紙倶楽部	桜が咲いたら お花見ドライブ			

# ひな祭り



## アメニティー

シャンプー・リンスは  
「椿・TUBAKI極うるおい」「ビオレU」  
乳液・化粧水は「EVITA」  
男性の方には「AUSLESE」をご用意しております



## 倶楽部一覧



タイムライン  
毎日更新中

お友達  
登録してね  
(^-)-☆



優勝

### 教養コース

### 健康コース

### 趣味コース

### 外出コース

月	火	水	木	金	土	
2 ・御飯 ・味噌汁 ・鮭の粕漬け焼き ・根菜煮 ・イチゴミルクプリン お雛様和菓子	3 ・ちらし寿司 ・漬汁 ・鯖の塩焼き ・薩摩芋のレモン煮 ・菜の花のお浸し 桜餅	4 ・御飯 ・中華スープ ・かじきの酢豚 ・棒棒鶏 ・杏仁豆腐 チーズパバロアッシュ	5 ・けんちんうどん ・コロッケ ・白菜のゆかり和え ・みかん 原宿ドック	6 ・御飯 ・味噌汁 ・すき焼き風煮 ・カブの含め煮 ・バナナ かっぱえびせん	7 ・三色丼 ・味噌汁 ・大根とハムのサラダ ・オレンジ ワッフル	
9 ・御飯 ・コンソメスープ ・鶏肉のトマトソース ・ポテトサラダ ・イチゴミルクプリン やわらか大福	10 ・御飯 ・味噌汁 ・赤魚の青じそ焼き ・ニラ玉 ・水ようかん プチクッキー	11 ・御飯 ・漬汁 ・鯖の金山寺味噌焼き ・筑前煮 ・白菜の昆布和え バナナカステラ	12 ・焼きそば ・中華スープ ・春巻き ・マンゴープリン ピザまん	13 ・御飯・味噌汁 ・白身魚の 野菜あんかけ ・がんもの煮物 ・オレンジ チョコケーキ	14 ・ポークカレー ・コンソメスープ ・シーザーサラダ ・生クリーム和え お菓子	
16 ・御飯 ・味噌汁 ・鶏肉の照り焼き ・さつま揚げの煮物 ・キウイフルーツ ぼたぼた焼き	17 プレートランチ	18 ・御飯 ・味噌汁 ・スタミナ焼肉 ・大根とハムのサラダ ・キウイフルーツ えんどう豆スナック	19 ・御飯 ・ビーフシチュー ・カニクリーム コロッケ ・オレンジ カスタードケーキ	20 ・御飯 ・漬汁 ・鯖の味噌煮 ・白和え ・小松菜のお浸し ぼた餅	21 ・御飯 ・コンソメスープ ・白身魚のカレーマヨ焼き ・白菜のミルク煮 ・旨塩キャベツ エクレア	
23 ・御飯 ・味噌汁 ・ほっけのみりん焼き ・豚肉と茄子の炒め物 ・春菊のクルミ和え 薄皮饅頭	24 ・キーマカレー ・卵スープ ・シーザーサラダ ・フルーツヨーグルト たまごボーロ	25 ・御飯 ・味噌汁 ・鶏肉の葱塩焼き ・根菜煮 ・菜種和え オレンジケーキ	26 ・御飯 ・味噌汁 ・鮭のみりん焼き ・里芋のそぼろ煮 ・ほうれん草のおかか和え カステラ	27 ・ビビンバ ・中華スープ ・ツナサラダ ・フルーチェ 桜饅頭	28 ・御飯 ・味噌汁 ・白身魚のきのこあん ・がんもの煮物 ・もやしの梅肉和え 星たべよせんべい	
30 ・御飯 ・味噌汁 ・鶏のから揚げ ・ひじきサラダ ・オレンジ ワッフル	31 ・御飯 ・コーンクリームスープ ・鮭のパジルソース焼き ・ミモザサラダ ・キウイフルーツ 人形焼き					

予定が変更になる場合があります

みどりの森テイサービスのお問い合わせは 34 - 8883 担当 西田・大石

\* 手に入れたモーリーをチェック。当たりがあれば「500モーリー」と交換いたします。(\*^^)ι

