

小規模多機能あおぞら A O Z O R A

〒236-0005

横浜市金沢区並木 3-6-2

TEL 045-374-5333 FAX 045-374-5322

2月は一瞬にして過ぎ去り、気が付けば枝の花芽が大きくなってきている今日この頃ですね！寒い中でも、春の気配を探しにいろいろなところへ出かけています。

並木・富岡界隈は本当に自然に恵まれていて、そこらかしこに季節を感じる事ができます。満開の梅のそばで、桜の花芽も待ち構えており、その桜の木の下には牡丹の木が植わっており…3月のお花見が楽しみね、この牡丹はゴールデンウィークには見られるかな？そういえば、その後はいよいよ東京オリンピックが控えてるわね、ああその前に元号が変わるわね、一体何になるのかしら楽しみね…といった感じに、お出かけ先での会話は楽しい未来につながっていきます。今日、明日、明後日と、日々何が起こるかは誰にも分かりませんが、とにかく今を楽しく元気に！そして、元気に花見の季節を迎え、オリンピックは皆で盛り上がりたいですね！！



シュシュ、みんなで作りました♪
試しに結んでみました。



スタッフの肩もみをしてくださいました。絶妙な力加減！



横須賀自然人文博物館に行ってきました。



節分イベント！！鬼も福も入り乱れの大盛り上げの豆まきとなりました。
今年の恵方巻も食べましたよ♪（途中でおいしー！！ってしゃべっちゃいましたが（笑））

3月献立表

日	月	火	水	木	金	土
3月31日					3月1日	3月2日
味噌汁 白身魚のコンソメ煮 野菜のバターソテー さつま芋サラダ	※この他に主食がつきます。 都合により、献立を変更する場合がございます。				お吸い物 天麩羅盛合せ かぼちゃの煮物 ほうれん草の胡麻和え	味噌汁 親子煮 もやし炒め きゅうりのゆかり風味
3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日
桜ちらし寿司 お吸い物 炊き合わせ うどんと菜花のお浸し	味噌汁 タラのみりん漬焼き 刻み昆布の煮付け 柚香和え	お吸い物 和風ロールキャベツ 三色野菜サラダ ほうれん草ソテー	味噌汁 アジの照焼き 木の葉豆腐の煮物 ひじきツナサラダ	味噌汁 豚肉の生姜焼き 彩りレタスサラダ とうもろこし香ばし揚げ	味噌汁 スパニッシュオムレツ スパゲティサラダ チンゲン菜の煮浸し	味噌汁 野菜かき揚げ 豚肉と里芋の煮物 キャベツ人参サラダ
3月10日	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日	3月16日
味噌汁 サバの蒲焼き 茄子の煮物 かぶのとろろ昆布のせ	味噌汁 鶏大根のごま煮 豆苗とツナの炒め いんげんの辛子和え	スープ タラのアクアパッツァ マカロニサラダ ナゲット	味噌汁 メンチカツ 根菜ごまサラダ ピーマンのさっと煮	味噌汁 シルバーのみぞれ煮 菜の花の桜咲和え 白揚げの素焼き	スープ バジルチキンソテー 青菜のコンソメ煮 パンプキンサラダ	味噌汁 白身魚の昆布茶焼き がんもの含め煮 梅ザーサイ和え
3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日
お吸い物 鶏肉の治部煮 白菜の酢の物 里芋田楽風	味噌汁 豚肉と筍の中華炒め 菜の花のお浸し えびシューマイ	味噌汁 赤魚の南蛮漬風 じゃが芋ソテー おろし和え	横手やきそば 芋の子汁 ほうれん草のゆかり和え 金時豆	味噌汁 サワラのみりん焼き 花型真丈の含め煮 梅風味和え	味噌汁 白身魚の醤油蒸し オクラと竹輪の炒め ポテトサラダ	スープ ハンバーグトマトソース ブロッコリーと玉子のサラダ フルーツ
3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日	3月30日
味噌汁 アジフライ&コロケ 春菊のお浸し 里芋の煮物	カレーライス スープ 水菜サラダ ヨーグルト	お吸い物 サバの味噌煮 いんげんの炒め物 ひじきの煮物	お吸い物 ハムカツ&梅さきみフライ 菜の花サラダ フルーツ	中華スープ 麻婆茄子 春雨ナムル 中華春巻	お吸い物 豆腐バーグの梅あん 味噌そぼろのせ モロヘイヤ辛子和え	味噌汁 鶏肉のみぞれ煮 茄子のニンニク炒め 白菜とトマトサラダ

春を探しに・・・



皆さまへお願い！ ぼろ布、着なくなった衣類、シーツ等集めています。
ご家庭で不要になったものがございましたら、ぜひお譲りください！

