

4月のお献立

友愛会 山県グリーンポート デイケアセンター

	月	火	水	木	金	土
						1日
昼食						赤飯 しめじの味噌汁 タラの幽庵焼き 菜花のごまマヨネーズ和え フルーツカクテル
間食						ドーナツ レモンティー
	3日	4日	5日	6日	7日	8日
昼食	ごはん かき玉汁 選べるおかず さつまいものレモン煮 みかん缶	親子丼 とろろ昆布汁 南瓜の煮付け 黄桃缶	 お花見御膳 桜散らし・春の炊き合わせ 菜花の辛子和え・茶碗蒸し ブルーチェ	ごはん すまし汁 豚肉の味噌漬け焼き ほうれん草のごま和え パイン缶	きつねぎしめん わかめごはん 炒り鶏 ヨーグルト和え	松花堂弁当 ごはん・ほうれん草の味噌汁 さんまの塩焼き 細切り昆布の炒り煮 牛肉コロッケ・バナナ
間食	もみじまんじゅう 玄米茶	マーブルケーキ ミルクティー	いちごのヨーグルト カルシウムウエハース	抹茶プリン	シフォンケーキ カフェオレ	田舎まんじゅう ほうじ茶
	10日	11日	12日	13日	14日	15日
昼食	カレーライス エビミックスフライ ブロッコリーサラダ フルーツカクテル	ごはん すまし汁 選べるおかず 茄子の青じそ和え オレンジ	山菜そば ゆかりごはん 信田煮 パイン缶	ごはん すまし汁 鯖の南部焼き 京あわせの煮付け りんごのコンポート	ごはん 大根の味噌汁 天ぷら盛り合わせ ほうれん草の錦糸和え フルーツカクテル	ごはん かき玉汁 鶏肉の照り煮 高野豆腐の煮物 小松菜の辛子マヨネーズ和え
間食	もなか 玄米茶	クリームコンフェ カフェオレ	ぶどうゼリー	ミルクケーキ レモンティー	オレンジゼリー	ロールケーキ ミルクティー
	17日	18日	19日	20日	21日	22日
昼食	ねぎとろ丼 とろろ昆布汁 里芋味噌かけ 三色寒天	長崎ちゃんぽん ごはん 蒸し焼売 黄桃缶	ごはん かき玉汁 味噌カツ 胡瓜のぴり辛和え パイン缶	ごはん すまし汁 選べるおかず 五目揚げ豆腐煮 りんごのコンポート	ごはん すまし汁 鮭の幽庵焼き 厚揚げの煮物 バナナ	ごはん ワカメスープ 青椒肉絲 小松菜のナムル フルーツカクテル
間食	紫芋まんじゅう ほうじ茶	レモンケーキ カフェオレ	プリン	どら焼き 玄米茶	焼きプリンタルト ミルクティー	小田巻 ほうじ茶
	24日	25日	26日	27日	28日	29日
昼食	ごはん コンソメスープ おろしハンバーグ マカロニサラダ 黄桃缶	ごはん 豆腐の味噌汁 鯖の西京焼き 金平ごぼう パイン缶	チキンライス コーンポタージュ ツナオムレツ ブルーチェ	肉うどん ごはん 茄子のソテー フルーツカクテル	ごはん 豚汁 選べるおかず 青菜の辛子マヨネーズ和え オレンジ	ごはん キャベツの味噌汁 鶏肉のみぞれ煮 五目豆煮 パイン缶
間食	カステラ 玄米茶	ぶどうのヨーグルト カルシウムウエハース	ワッフル レモンティー	黒糖まんじゅう ほうじ茶	小倉パン 玄米茶	パウムクーヘン ミルクティー

平成29年

選べる おかず メニュー

3日 月曜日

- A：赤魚の煮付け
B：鶏肉の唐揚げ

11日 火曜日

- A：鶏肉のマヨネーズ焼き
B：ホキの味噌マヨネーズ焼き

20日 木曜日

- A：鶏肉の生姜煮
B：スズキのネギソースかけ

28日 金曜日

- A：ホキのポテトサラダ焼き
B：牛肉の柳川風

献立の内容に変更がある場合がございますのでご了承ください。

アカハの語 その四十六 ～桜～

冬が終わり、段々春の気配が感じられるようになりました。朝夕の寒暖の差がまだまだありますので、体調に気をつけて下さい。春の風物詩といえば桜ですね。今回は桜について紹介いたします。

《桜の花の種類》

桜はバラ科の植物です。バラ科のサクラ属の中でも、桃やスモモをのぞいたものを一般的に桜と呼んでいます。日本ではソメイヨシノやヤマザクラを中心に約10種類の桜を基本として、変品種をあわせると、約100種類もの桜を見ることが出来ます。実はこれ以外にも、人の手で園芸用に品種改良された桜が200～300種類もあります。

《桜の分布》

桜は北半球の温帯でも暖かい地域に広く分布しています。中でも日本で見られるような美しい花を咲かせる桜は、アジアに多く存在します。中国や朝鮮半島では日本と同じ種類の桜も見られます。しかしヨーロッパへ行くと、日本で見られるような美しい花の咲く種類はないそうです。

《ソメイヨシノ》

気象庁の発表する桜の開花予想もほとんどがソメイヨシノを基準にしています。ソメイヨシノは江戸時代の末期に、江戸染井村(現在の東京都豊島区)の植木屋が吉野桜として売り出したのが始まりです。この桜は園芸品種だったので、繁殖が簡単で花つきも非常に良かったので、急速に全国各地に広がりました。名前がソメイヨシノと称されるようになったのは、桜の名所吉野山のヤマザクラと区別するためだそうです。

《2017年桜の開花予想》

2017年の桜は、関東から近畿・中国地方にかけては平年並み、四国・九州では平年より遅くなる見込みだといわれています。岐阜県の桜の開花は3月29日ごろだと予想されています。

☆お知らせ☆

5日(水)・・・お花見御膳
14日(金)・・・屋台の揚げたて天ぷら