

# 3月 デイサービス野ばら 行事カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
<p><b>31</b></p> <p><b>桜を塗り絵で描きましょう!</b></p> <p>【昼食】 いなり寿司 豚肉とじゃが芋のバター醤油炒め オクラのゆず和え みそ汁</p>	<p><b>ケアビクス体操で体力増進! マッサージで気分すっきり!</b>  <b>女性はぬり絵や貼り絵、男性は将棋や囲碁など</b>  <b>様々なレクリエーションで楽しんでいただいています!!!</b></p>				<p><b>1</b></p> <p><b>春といえば… 遠想クイズ!</b></p> <p>【昼食】 かに玉風 甘酢あんかけ かぼちゃの煮付け インゲンの和え物 すまし汁</p>	<p><b>2</b></p> <p><b>お雛さまの絵を作ろう!</b></p> <p>【昼食】五目豆腐ハンバーグ 鳥レバーの和風カレー煮 マカロニサラダ みそ汁</p>
<p><b>3</b></p> <p><b>ひな祭りです 桜もちを手作り!</b></p> <p>【昼食】 ちらし寿司 天ぷら盛り合わせ カリフラワーのベーコンサラダ 桃のデザート、みそ汁</p>	<p><b>4</b></p> <p><b>風船バレー 100回目指せ!</b></p> <p>【昼食】豚肉のスタミナ炒め 刻み昆布煮 大根サラダ みそ汁</p>	<p><b>5</b></p> <p><b>歌謡曲を一緒に唄おう!</b></p> <p>【昼食】北海チャーハン 冬瓜と人参さつまの煮物 なすの酢じょうゆかけ 春雨スープ</p>	<p><b>6</b></p> <p><b>ボールを投げて楽しもう!</b></p> <p>【昼食】 味噌ラーメン 焼き餃子 レタスとパプリカのサラダ バナナ</p>	<p><b>7</b></p> <p><b>指体操でリラクセス!</b></p> <p>【昼食】 トンカツ 高野豆腐煮 ほうれん草のしらす和え みそ汁</p>	<p><b>8</b></p> <p><b>水戸燻土かるた大会!</b></p> <p>【昼食】豚肉の花かつお焼き 香味シューマイ コールスローサラダ みそ汁</p>	<p><b>9</b></p> <p><b>サッカーで脚の運動!</b></p> <p>【昼食】赤魚のチーズ焼き 切干大根煮 白菜のわさびとレッシング みそ汁</p>
<p><b>10</b></p> <p><b>カラオケでストレス発散!</b></p> <p>【昼食】鶏肉のたれがらめ たけのこの煮物 ブロッコリーサラダ みそ汁</p>	<p><b>11</b></p> <p><b>梅を見に行きましょう!</b></p> <p>【昼食】シルバーのパン粉焼き 白菜の煮物 たぬき奴 みそ汁</p>	<p><b>12</b></p> <p><b>後だしジャンケンで脳トレです!</b></p> <p>【昼食】麦とろごはん ミニ肉そば、ツナ大根 カリフラワーのピクルス りんご</p>	<p><b>13</b></p> <p><b>オセロでひと勝負です!</b></p> <p>【昼食】白糸タラの磯辺揚げ チヂミ コーンサラダ みそ汁</p>	<p><b>14</b></p> <p><b>ホワイトデー お菓子食べよう!</b></p> <p>【昼食】ケチャップライスのクリームソースかけ キャベツのツナサラダ ポトフ風スープ、いちごゼリー</p>	<p><b>15</b></p> <p><b>クロスワードで脳トレ!</b></p> <p>【昼食】豚肉のオイスター炒め かぼちゃ煮 小松菜のナムル すまし汁</p>	<p><b>16</b></p> <p><b>上まで乗せよう! キャンプ積み</b></p> <p>【昼食】キタノメスケの漬け焼き ほうれん草のおかか煮 春雨サラダ みそ汁</p>
<p><b>17</b></p> <p><b>3月のお誕生会です!</b></p> <p>【昼食】 チキンカレー 福神漬 トマトサラダ ネーブル</p>	<p><b>18</b></p> <p><b>ペダルこぎで脚の筋力強化!</b></p> <p>【昼食】サバの焼き浸し ひじきと大豆の炒り煮 チンゲン菜の信田和え かき玉汁</p>	<p><b>19</b></p> <p><b>言葉並べ替えて熟語クイズ!</b></p> <p>【昼食】 博多がめ煮 いなり餃子 ミモザサラダ みそ汁</p>	<p><b>20</b></p> <p><b>沢山言えるかな? 野菜の名前</b></p> <p>【昼食】 衣笠井 白菜の中華炒め 漬物、みそ汁 バナナ</p>	<p><b>21</b></p> <p><b>お彼岸です 昔話を語りましょう</b></p> <p>【昼食】竹の子ごはん アジの塩焼き カリフラワーのマヨ焼き チンゲン菜サラダ、みそ汁</p>	<p><b>22</b></p> <p><b>ペットボトルでバランスゲーム!</b></p> <p>【昼食】ミニわかめご飯 ほうとう風鳥もつ煮 茄子のゆずみそ和え フルーツ</p>	<p><b>23</b></p> <p><b>フィギュアをテレビで見よう!</b></p> <p>【昼食】 回鍋肉 さつま芋のバター醤油煮 塩昆布豆腐 すまし汁</p>
<p><b>24</b></p> <p><b>大相撲 千秋楽観戦会です!</b></p> <p>【昼食】 黄金カレイのネギ醤油かけ ほうれん草と小柱の煮物 じゃが芋のマスタードマヨ和え みそ汁</p>	<p><b>25</b></p> <p><b>サイコロ暗算で運試しです!</b></p> <p>【昼食】 鶏肉のみそ漬け焼き 車麩の玉子とじ 大根の素干し和え すまし汁</p>	<p><b>26</b></p> <p><b>意外に面白いよ! 将棋山崩し</b></p> <p>【昼食】イナダのバターコンソメ蒸し 卵の花 レタスサラダ みそ汁</p>	<p><b>27</b></p> <p><b>折り紙で作ろう! 春の花</b></p> <p>【昼食】 お花見うどん 厚揚げのそぼろ炒め 海藻サラダ ネーブル</p>	<p><b>28</b></p> <p><b>童謡唱歌懐かしの名曲</b></p> <p>【昼食】チキンチーズ焼き かぼちゃの煮付け ひじきの白和え みそ汁</p>	<p><b>29</b></p> <p><b>お手玉投げてキャッチボール!</b></p> <p>【昼食】 ホキの漬け焼き 若竹煮 キャベツの中華風サラダ みそ汁</p>	<p><b>30</b></p> <p><b>ドライブで! 春の花を見よう!</b></p> <p>【昼食】 あさりと菜の花のコロッケ ささみフライ ごぼうとツナの金平風 大根サラダ、みそ汁</p>