

やまぶき 294号

令和7年2月1日 発行
横浜市六浦地域ケアプラザ
横浜市金沢区六浦5-20-2

気が付いたら、デイサービスの庭にあるおかめ桜も終わってしまいました。
寒い日と暖かい日が交互にやってきて
まだまだ不安定な日々が続いていますが、春はもうすぐです。
世の中暗い話ばかりですが、皆様と一緒に楽しく過ごしたいと思います。

今月は色々な催しがありました



↑ウクレレの演奏に、まるでハワイに来たようです。



↑読み聞かせの方々がいらっやいました。

←↓→素敵な踊りを披露していただきました。



←細かい作業なのに、皆様真剣に取り組まれていました。



紙の桜の花びらでコラージュしてみました。



六浦の雛祭り





4月の献立表



月

火

水

木

金

土



1
 たらもの
 韓国風ていやき/
 里芋と豚肉の
 味噌煮/
 キャベツの搾菜和え/
 汁物/ご飯

2
 豆腐の野菜あんかけ/
 じゃがカレー
 炒め煮/
 畑菜のしいし和え/
 汁物/ご飯

3

 おでん/
 かぼちゃ
 レースンサラダ/
 汁物/ご飯

4
 アジのあんかけ/
 竹の子の土佐煮/
 うまい菜の菜種和え/
 汁物/ご飯

5
 ジャポネバーグ/
 さつまいの肉じゃが風/
 オクラハムサラダ/
 汁物/ご飯



おやつ:牛乳寒天 

7

 鶏肉の
 さっぱりおろし/
 里芋の和風煮/
 菜の花の酢味噌和え/
 汁物/ご飯

8

 赤魚の粕漬/
 じゃが芋の
 ほっくり煮/
 ひじきのごまサラダ/
 汁物/ご飯

9

 串なし焼き鳥/
 炒りおから/
 長芋の
 柚子かつお和え/
 汁物/ご飯

10
 ソイのレモン
 ペッパー焼き/
 明太マヨはんぺん/
 大根のハムリネ/
 汁物/ご飯

11
 親子煮/
 若竹煮/
 もやしの酢の物/
 汁物/ご飯

12
 じゃが芋細コロッケ/
 田舎煮/
 白菜と鶏のサラダ/
 汁物/ご飯



おやつ:コーヒーゼリー 

14
 ホキのムニエル/
 ジャーマンポテト/
 法蓮草の
 ピーナツソースかけ/
 汁物/ご飯



15

 肉みそ豆腐/
 かぼちゃの
 いとこ煮/
 菜の花の中華和え/
 汁物/ご飯

16
 たらものフロバヴァンス風/
 ペペロンひじき/
 インゲン卵サラダ/
 汁物/ご飯

17
 シルバーの梅
 かつお焼き/
 竹輪のちりめん和え/
 小松菜の野菜ドレ/
 汁物/ご飯



18
 あじのカレームニエル/
 里芋のペーコンバター/
 フロココリー
 ツナマヨサラダ/
 汁物/ご飯



19
 牛肉のケチャップ
 ソース炒め/
 さつまいのオレンジ煮/
 オクラと梅ごぼうの
 和え物/
 汁物/ご飯

おやつ:抹茶カステラ 

21
 大豆とツナのカレー/
 洋風切干煮の
 ハム添え/
 リンゴのコンポート/
 汁物



22
 さわらの煮付け/
 高野とじゃこの卵とじ/
 かぼちゃもろこし
 サラダ/
 汁物/ご飯

23

 肉団子のフロバヴァンス風/
 カワラワの
 カレー煮/
 うまい菜のツナ和え/
 汁物/ご飯

24
 甘辛あんかけ豆腐/
 里芋と鶏肉の
 照り煮/
 刻み昆布の
 酢の物/
 汁物/ご飯

25
 メヌケの味噌煮/
 厚揚げと豚肉炒め/
 青梗菜と竹輪の
 和え物/
 汁物/ご飯

26
 牛肉のオイスター炒め/
 里芋の
 きのごあん/
 五目なます/
 汁物/ご飯

おやつ:リンゴジュースゼリー 

28

 ハンバーグ
 トマトソース/
 ほうれん草バターソテー/
 ツナマヨサラダ/
 汁物/ご飯

29

 豚しゃぶ/
 えび団子の
 炊き合わせ/
 フロココリー菜種和え/
 汁物/ご飯

30
 ホキの韓国風照り煮/
 れんこん饅頭/
 オクラの中華和え/
 汁物/ご飯



おやつ:キャラメルプリン 



メニューは都合により予告なく変更となる場合がありますので、ご了承ください。