

やまぶき304号

令和8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

知る人ぞ知る、六浦ティサービスには、隠れた演芸部が存在します。クリスマス会や敬老会の日に、予告なく登場し、歌って踊ります。観れた方も観れなかった方も、今後も出現しますのでお楽しみに！

我
ら

欲しい物ゲットしました！



今年も踊りました！

青江美沙子



越路真理子

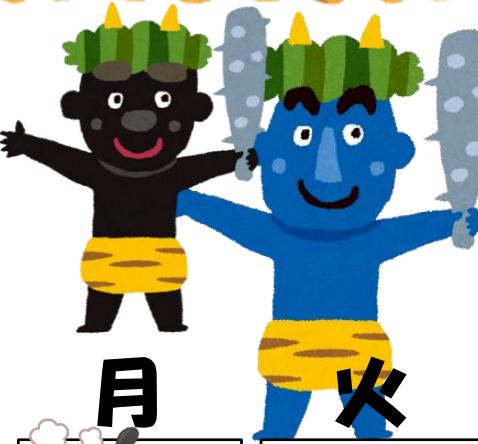


どれどれ



EST. 1964
LAST MARKET 6/1
75 BTH ANN

月の献立表



月

火

水

木

金

土

2

照り焼き
ハンバーグ/
南瓜のコンソメ煮/
うまい菜
卵サラダ/
汁物/ご飯

3

いわしの梅煮/
おふくろ豆/
山菜の白和え/
汁物/ご飯

4

鶏肉の黒酢あん/
青梗菜中華炒め/
もやしの和え物/
汁物/ご飯

5

鯖の塩焼き/
茄子田楽/
いんげんの
ごま和え/
汁物/ご飯

6

牛すじカレー/
ハーフチキン/
パイン
ミルクゼリー

7

メンチカツ/
洋風肉じゃが/
フロッコリーの
マヨ和え/
汁物/ご飯

おやつ: オレンジゼリー

9

ソイの
ねぎ塩焼き/
きのこ味噌茄子/
うまい菜の
生姜和え/
汁物/ご飯

10

豚しゃぶ/
しんじょの煮物/
千瓢の中華和え/
汁物/ご飯

11

肉みそ豆腐/
チリポテト/
畑菜人参の
和え物/
汁物/ご飯

12

豚生姜焼き/
おからカリー/
菜の花揚げ
和え物/
汁物/ご飯

13

鮭の
ごま醤油焼き/
角揚げの煮物/
長芋の
ハムマリネ/
汁物/ご飯

14

ハートオムレツ/
エビマヨ
グリーン/
さつま芋の
ツナ和え/
汁物/ご飯

おやつ: チョコドームケーキ

16

若鶏の柏漬/
里芋の生姜煮/
青梗菜の
3色和え/
汁物/ご飯

17

ロールキャベツ
(テミ)/
マカロニのトマト煮/
ほうれん草の野菜
ドレ/
汁物/ご飯

18

さばの味噌煮/
里芋と豚肉の
和風炊き/
フロッコリーの
白和え/
汁物/ご飯

19

肉団子の酢豚風/
大根の炒め煮/
うずら豆/
汁物/ご飯

20

赤魚の煮付け/
厚揚げ
そぼろ炒め/
うまい菜と蒲鉾の
和え物/
汁物/ご飯

21

焼肉風炒め/
大豆とひじき煮/
フロッコリーの
和風和え/
汁物/ご飯

おやつ: 黒胡麻プリン

23

メヌケの
磯部焼き/
高野の卵とじ/
しろ菜の
大豆マヨ和え/
汁物/ご飯

24

豚肉の黒酢あん/
しゅうまい/
ほうれん草の
和え物/
汁物/ご飯

25

塩ちゃんこ鍋/
湯豆腐/
いんげんの
卵サラダ/
ご飯

26

油淋鶏風/
高菜ビーフン/
うまい菜と
人参和え物/
汁物/ご飯

27

ソイのムニエル/
茄子の
トマトソース/
小松菜とツナの
煮浸し/
汁物/ご飯

28

豚カツ/
炒りおから/
畑菜の菜種和え/
汁物/ご飯

おやつ: 黒糖まんじゅう

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。

