

中部台ケアセンターだより

令和6年3月25日発行

特定医療法人 録三会

中部台ケアセンター

TEL (0574)23-1155

4月号

日差しが暖かくなり、少しずつ春を感じられるようになってきましたね。

季節の変わり目なので、体調管理に気を付けていきましょう！

入所

春のイベントを楽しんでいます😊😊



デイケア

3月3日は桃の節句でしたね。
おやつレクとして、はちみつ紅茶と桃の節句ケーキをいただきました。
皆様、とても喜ばれておりケーキを完食される方がほとんどでした。
女性の方だけでなく、男性利用者様にも好評でした♪



ショートステイ

ショートステイでも
パワーリハビリが出来ます！



デイケアからのお願い

- ① **体調管理**には十分にご注意ください。
※感染対策として、**マスクの着用・手洗い・うがい**
・換気にご協力ください。
- ② **衣類・持ち物に必ず記名**をお願いします。
- ③ **汚れもの入れや売店購入時**に使用する**袋の持参**をお願いします。



栄養課より

暖かくなり、桜が咲き始める季節となりました。
本日は春に欠かせないスイーツ、「桜餅」について紹介します。

春になるとよく見かける桜餅、関東と関西では見た目が違うのを知っていましたか？

長明寺桜餅(関東風)

- ・小麦粉で作った生地
- ・クレープ状に焼いた生地であんこを挟む
- ・塩漬けた桜の葉で覆う



道明寺桜餅(関西風)

- ・道明寺粉で作った生地
- ・もちもちの生地であんこが見えないように包む
- ・塩漬けた桜の葉で覆う



皆さんが良く食べるのはどちらの桜餅でしたか？
お雑煮やおでんなども地域によって作り方や食材が違って面白いですね！



お知らせ

- ・ケアプラン等計画書について
ご家族様不在の場合、ご家族様に確認の上ご本人様にご署名をいただくことがあります。
ご了承いただきますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。
- ・Facebook、Instagramを随時更新しております。ぜひご覧ください。 [こちらから→](#)



R6年4月 中部台ケアセンター 献立表

	4/1 (月)	4/2 (火)	4/3 (水)	4/4 (木)	4/5 (金) 選択	4/6 (土)	4/7 (日)
朝	ご飯 がんもの煮付け 味噌汁(なめこ・いんげん) たいみそ ヨーグルト E437 P13.7 塩分2.3	ご飯 加賀揚げの煮物 味噌汁(大根・あげ) 梅びしお ヨーグルト E431 P11.2 塩分2.7	ご飯 青菜といかの炒め煮 味噌汁(香菊・えのき) ふりかけ(のりたま) ヨーグルト E424 P13.0 塩分2.4	しらす雑炊 味噌汁(厚揚げ・ねぎ) 香の物 ヨーグルト E351 P12.8 塩分2.6	ご飯 キャベツソテー 味噌汁(豆腐・大根菜) ふりかけ(たらこ) ヨーグルト E453 P11.9 塩分2.5	ご飯 つみれと冬瓜の煮物 味噌汁(なす・油揚げ) 海苔の佃煮 ヨーグルト E449 P12.4 塩分2.5	ご飯 ベーコンソテー たいみそ 味噌汁(厚揚げ・しめじ) ヨーグルト E493 P13.9 塩分2.3
昼	ご飯 とんかつ みぞれあん ぜんまいの炒り煮 いかときゅうりの酢の物 E504 P18.6 塩分2.7	ご飯 スパゲッティ・ミートソース 白菜の豆乳クリーム煮 ブロッコリーサラダ ご飯1/2 E534 P24.3 塩分2.2	ご飯 さばの味噌煮 きんぴらごぼう 長芋の酢の物 E520 P21.8 塩分2.1	ご飯 海老マヨ かぼちゃの煮物 青菜のナムル E592 P12.4 塩分1.9	鶏そぼろあんかけ丼 なすの煮付け ひじきのサラダ 杏仁フルーツ E554 P16.4 塩分2.4	ご飯 鶏肉のピカタ 切干しの煮付 白菜サラダ E498 P28.3 塩分1.7	ご飯 製豆腐 きのこの和風ソテー 桜色れんこん E491 P18.6 塩分2.1
夕	ご飯 ひじき入り干焼焼き じゃが芋コンソメ煮 トマトと貝割れのサラダ E499 P21.8 塩分1.5	ご飯 さわらの照焼き 筑前煮 おからのおろし和え E502 P25.8 塩分1.3	ご飯 春雨と卵の炒め物 小松菜の中華煮 キャベツのサラダ E496 P22.4 塩分1.5	ご飯 鶏のべっこう煮 いんげん生姜炒め 和風マカロニサラダ E497 P21.7 塩分1.5	ご飯 白身魚の幽庵焼き 高野豆腐の煮物 春菊のからし和え E462 P25.6 塩分1.6	ご飯 豚肉のバーベキュー炒め コンソメ煮 ハムのサラダ E504 P21.8 塩分2.3	ご飯 豚肉と茄子の味噌炒め 山芋の煮つけ もやしの和え物 E501 P19.7 塩分1.8
朝	4/8 (月)	4/9 (火)	4/10 (水)	4/11 (木)	4/12 (金) 選択	4/13 (土)	4/14 (日)
朝	ご飯 ごぼうの炒め煮 味噌汁(じゃが芋・えのき) 梅びしお ヨーグルト E477 P15.7 塩分2.1	ご飯 ウインナーソテー 味噌汁(なめこ・いんげん) ふりかけ(のりたま) ヨーグルト E434 P11.7 塩分2.3	ご飯 にんじんしりしり 味噌汁(かぶ・ねぎ) ふりかけ(野菜) ヨーグルト E388 P12.7 塩分2.0	ご飯 スクランブルエッグ 味噌汁(じゃが芋・みつば) ふりかけ(のりたま) ヨーグルト E453 12.7P 塩分2.3	ご飯 ベーコンソテー 味噌汁(大根・わかめ) 海苔の佃煮 ヨーグルト E431 P10.7 塩分2.4	ご飯 ピーマンと竹輪の金平 味噌汁(やまいも・ねぎ) ふりかけ(かつお) ヨーグルト E430 P11.5 塩分2.0	ご飯 厚揚げの煮物 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) ゆずみそ ヨーグルト E455 P14.8 塩分1.8
昼	ご飯 煮込みハンバーグ ナポリタン カリフラワーサラダ E539 P17.9 塩分2.2	ご飯 桜エビご飯 菜の花辛子和え 若竹汁 行事食 E443 P12.3 塩分2.4	野菜味噌ラーメン ミニコロッケ レンコンサラダ ご飯1/2 E540 P22.0 塩分3.4	ご飯 豚肉の生姜炒め 大豆煮 レタスサラダ E550 P26.2 塩分2.2	ご飯 松風焼き ふきの煮物 きゅうりの酢の物 E478 P19.9 塩分1.5	ご飯 エビフライ 豆腐の肉味噌かけ ブロッコリーサラダ E590 P21.7 塩分2.3	ご飯 ハヤシライス 花野菜サラダ 香の物(福神漬) フルーツヨーグルト E451 P17.8 塩分2.7
夕	ご飯 鶏肉とピーマンの塩レモン炒 海老つみれの旨煮 なめたけ和え E519 P19.5 塩分2.2	ご飯 野菜の中華炒め かに焼売 たけのこの芽和え E543 P20.2 塩分2.0	ご飯 製豆腐 ふきとベーコンのガーリック キャベツ塩昆布和え E522 P24.3 塩分2.0	ご飯 すき焼き風煮 温泉卵 素麺サラダ E475 P25.2 塩分2.0	ご飯 鮭のムニエル きのこのクリーム煮 海藻サラダ E579 P22.4 塩分1.8	ご飯 鶏肉のカレー炒め 糸昆布煮 ごぼうサラダ E475 P18.6 塩分2.0	ご飯 白身魚のピザ焼き 山菜の炒り煮 里芋のツナ和え E560 P20.6 塩分2.0
朝	4/15 (月)	4/16 (火)	4/17 (水)	4/18 (木)	4/19 (金) 選択	4/20 (土)	4/21 (日)
朝	ご飯 なすの煮物 味噌汁(厚揚げ・ねぎ) 梅びしお ヨーグルト E466 P18.2 塩分1.8	ご飯 さつまいもの煮びたし 味噌汁(大根・みょうが) ふりかけ(鮭) ヨーグルト E386 P23.3 塩分2.3	ご飯 ウインナーソテー 味噌汁(冬瓜・わかめ) ふりかけ(野菜) ヨーグルト E469 P11.5 塩分2.6	ご飯 赤魚の粕漬焼 味噌汁(貝割れ・えのき) 金山寺みそ ヨーグルト E427 P18.3 塩分2.2	ご飯 角麩の煮つけ 味噌汁(じゃが芋・ねぎ) ふりかけ(おかか) ヨーグルト E456 P19.1 塩分2.2	ご飯 ほうれん草の炒め物 味噌汁(なす・絹さや) ふりかけ(のりたま) ヨーグルト E439 P12.2 塩分2.4	ご飯 鶏肉とブロッコリーのポン酢炒め 味噌汁(ほうれん草・わかめ) 海苔の佃煮 ヨーグルト E425 P16.7 塩分2.5
昼	ご飯 おろし和風ハンバーグ マカロニソテー きゅうりのサラダ E514 P16.8 塩分2.3	ご飯 魚の照り煮 ひじきの煮物 スパサダ E567 P20.6 塩分2.0	ご飯 チキン南蛮 きんぴらごぼう 小松菜の梅和え E548 P23.6 塩分2.1	ご飯 三色丼(鮭) 香の物 豚汁 フルーツヨーグルト E475 P20.6 塩分3.0	ご飯 ソース焼きそば さつま芋天ぷら カリフラワーサラダ ご飯1/2 E527 P16.5 塩分1.8	ご飯 さくらご飯 魚の塩焼き 人参の白和え けんちん汁 E474 P19.8 塩分3.3	ご飯 肉団子の野菜あんかけ ビーフソテー 小松菜の辛子和え E497 P13.9 塩分1.9
夕	ご飯 鶏肉とピーマンの塩レモン炒 海老つみれの旨煮 なめたけ和え E439 P23.3 塩分2.2	ご飯 野菜の中華炒め かに焼売 たけのこの芽和え E500 P17.4 塩分2.1	ご飯 製豆腐 ふきとベーコンのガーリック キャベツ塩昆布和え E481 P18.0 塩分1.8	ご飯 すき焼き風煮 温泉卵 素麺サラダ E536 P27.2 塩分2.0	ご飯 鮭のムニエル きのこのクリーム煮 海藻サラダ E473 P23.1 塩分2.2	ご飯 鶏肉のカレー炒め 糸昆布煮 ごぼうサラダ E465 P21.2 塩分1.4	ご飯 白身魚のピザ焼き 山菜の炒り煮 里芋のツナ和え E527 P25.4 塩分1.6
朝	4/22 (月)	4/23 (火)	4/24 (水)	4/25 (木)	4/26 (金) 選択	4/27 (土)	4/28 (日)
朝	ご飯 ごぼう炒め煮 味噌汁(なす・みょうが) ふりかけ(のりたま) ヨーグルト E443 P14.7 塩分1.6	鮭雑炊(じゃが芋・ネギ) 味噌汁(大根・油揚げ) 香の物 ヨーグルト E343 P12.5 塩分2.2	ご飯 長芋のバター醤油炒め 味噌汁(かぶ・油揚げ) 香の物 ヨーグルト E415 P10.4 塩分2.0	ご飯 スクランブルエッグ 味噌汁(しめじ・ほうれん草) ゆずみそ ヨーグルト E453 P12.9 塩分2.0	ご飯 にんじんしりしり 味噌汁(大根・大根菜) ふりかけ(かつお) ヨーグルト E430 P11.9 塩分2.2	ご飯 魚河岸の煮物 味噌汁(冬瓜・油揚げ) ふりかけ(たらこ) ヨーグルト E475 P12.7 塩分1.9	ご飯 ベーコンのソテー 味噌汁(なす・みつば) うめびしお ヨーグルト E430 P10.9 塩分2.5
昼	ご飯 蟹玉あんかけ スープ餃子 アスパラサラダ E568 P21.3 塩分2.6	ご飯 白身魚フライ ふきの旨煮 オクラのわさび和え E480 P20.4 塩分2.8	ご飯 鶏肉の梅し焼き 黒酢根菜きんぴら 春菊のごまあえ E519 P20.4 塩分2.5	ご飯 五目うどん ちくわの生姜揚げ イカとわかめの酢の物 ご飯1/2 E483 P19.7 塩分4.1	ご飯 揚げだし豆腐 春雨の五目炒め 菜の花のわさび和え E561 P17.6 塩分1.6	ご飯 たけのこご飯 筑前煮 白菜の甘酢和え 茶碗蒸し E466 P19.4 塩分2.6	ご飯 白身魚の磯辺焼き かぼちゃの煮物 オクラの和え物 E435 P22.5 塩分1.6
夕	ご飯 ヒレカツ 炒り豆腐 もやしのお浸し E579 P21.6 塩分2.0	豚肉のカレーマヨネーズ炒め さつま芋とちくわの煮付け きゅうりとわかめの酢の物 E571 P21.6 塩分1.5	ご飯 製豆腐 ちくわとひじきの炒め煮 マカロニサラダ E532 P19.5 塩分2.1	ご飯 白身魚の生姜煮 豆腐の肉味噌かけ 菜の花の和風サラダ E516 P28.9 塩分1.3	ご飯 鶏肉のねぎ塩炒め ぜんまいの炒り煮 ポテトサラダ E473 P19.6 塩分1.8	ご飯 麻婆茄子 焼売 カリフラワーサラダ E531 P17.8 塩分1.5	ご飯 鶏肉の野菜ガーリックバターのせ 里芋そぼろ煮 もやしの昆布和え E588 P24.1 塩分2.2
朝	4/29 (月)	4/30 (火)	<div style="text-align: center;"> <p>選択Bメニュー</p> <p>4月5日 あんパン・クリームパン・マカロニサラダ・コーンスープ</p> <p>4月12日 ホットドック・コーンスープ</p> <p>4月19日 あんパン・クリームパン・マカロニサラダ・コーンスープ</p> <p>4月26日 あんパン・クリームパン・スパサダ・コーンスープ</p> </div>				
朝	ご飯 つくねの煮付け 味噌汁(みつば・じゃが芋) ふりかけ(のりたま) ヨーグルト E470 P13.2 塩分2.8	ご飯 ぼっかけの塩焼き 味噌汁(豆腐・油あげ) ふりかけ(野菜) ヨーグルト E432 P18.6 塩分2.4					
昼	ご飯 親子丼 あざりとさつま芋の炒め 若草和え フルーツ(バナナ) E563 P25.1 塩分1.9	ご飯 ドライカレー 香の物(福神漬・らっきょ) 海藻サラダ フルーツヨーグルト E514 P15.9 塩分2.3					
夕	ご飯 海老とピーマンの味噌炒め もやしとツナの炒め煮 ごぼうサラダ E473 P19.7 塩分1.8	ご飯 酢豚風肉団子 ほうれん草の卵とじ ゆかり和え s					

※献立は変更になる場合があります