

3月 プログラム&メニュー表

昼食時間：12:00～13:30

月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)
		1 外出PGM ひな祭りを楽しもう 13:30～15:00	2	3	4 15:00までの開所	5 休館日
		塩こうじ鶏と野菜のソテー 切り干し大根のサラダ	白身魚のみぞれあんかけ れんこんの塩きんぴら	500円(大盛りなし) ※ ひな祭りランチ ※ 五目ちらし寿司 小海老入り茶碗蒸し 菜の花の辛子和え 桜餅	豚肉の生姜焼き おからサラダ	
6	7 嘱託医相談 13:30～15:00	8	9 シネマ鑑賞会 14:00～16:00	10	11 15:00までの開所	12 休館日
昼食会なし	油淋鶏 (揚げ鶏の香味ソース) もやしときゅうりの和えもの	塩サバの甘酢あんかけ 小松菜と人参のナムル	(大盛りなし) ビビンバ丼 わかめスープ デザート	鮭のちゃんちゃん焼き風 トマトと豆苗のサラダ	照り焼きハンバーグ ごぼうの胡麻だれサラダ	
13 Let's ストレッチ 14:00～14:30	14	15 消防訓練 14:00～15:00	16	17 ピアを語る会 14:00～15:00	18 15:00までの開所	19 休館日
昼食会なし	プリのアンチョビーソース ニンジンサラダ	しらたき入りチャブチェ チョレギサラダ	油揚げ餃子 カブのポン酢和え	鶏むね肉の甘酢ねぎ炒め しらたきのサラダ	(★) シーフードカレー ブロッコリーとゆで卵のサラダ デザート	
20	21	22 リカバリー講座(NLP) 13:30～15:00	23 You&Me 14:00～15:00	24	25 15:00までの開所 園芸プログラム 13:30～14:30	26 休館日
昼食会なし	ごぼう入りハンバーグ グリーンサラダ	(★) タコ飯 豆腐と水菜のサラダ	ポークチャップ わかめときゅうりの生姜和え	白身魚のチリソース 豆苗ともやしのサラダ	なすのはさみ揚げ キャベツの甘酢漬け	
27	28	29	30 カレンダー作り 13:30～15:00	31	<重要なお知らせ> 現在新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、 当面の間、昼食のご予約を一日につき 先着9名 と させていただきます。また、 食事スペースが埋まった際 は、 前の方が食べ終わるまで フリースペース等でお待ちいただく場合がございます。 ご理解、ご協力の程よろしくお願い致します。	
昼食会なし	エビとブロッコリーのマヨ炒め 小松菜といり卵の春雨サラダ	鶏むね肉のソースフライ 大根の柚子こしょう和え	アジのカレームニエル ひじきの煮物	(★) ハヤシライス グリーンサラダ デザート		

メニュー、プログラム等は、場合により変更させていただく場合があります。食事サービスは、こころ野に登録されている方がお申込みいただけます。
 予約の方法：前日14時までに予約表に記入もしくはお電話でご予約をお願いします。14時以降のキャンセルは全額いただきますのでご了承下さい。
 大盛りの場合は30円プラスで430円、★がついている日は50円プラスの450円になります。