

令和5年度 第6回 特別養護老人ホームささえ運営推進会議報告書

日時 令和6年3月25日(月) 14:00~14:40

場所 相馬町地域市民館

参加者

地域包括支援センターみちのく

相馬町町会長

西門町町会長

特別養護老人ホームささえ 施設長

生活相談員

介護支援専門員

管理栄養士

入居者家族 3名

グループホーム港町 管理者、職員 2名

入居者家族 1名

グループホーム合浦 管理者、職員 2名

グループホームポータウン 管理者 1名

(報告内容)

1. 行事報告(ささえ便り参照)

節分は皆さん楽しんでいました。ボールを職員にぶつけ、良い運動になっていました。ボールが当たる音も良い音がして「痛い」と職員の声も聞こえていました。ひな祭りは毎年顔出しパネルや、着飾ってもらって写真を撮っています。身体機能が低下している方も多いため、パッと見てわかるもので楽しんでもらっています。「そういうのいないから、おやつが良い」と言う人も中にはいます。これからは暖かくなるので、外で行う花とか野菜作りをしていきたいです。

2. 入居者様の状況

3/25 現在の入居者数は28名。そのうち女性が23名、男性が5名です。平均介護度

4.1 平均年齢は87.7歳です。

3. 待機者数17名

4. 事故報告、ヒヤリハット

2月 事故報告 3件 ・車椅子からの転落。外傷はありません。 ・ベッドからの転落。背中表皮剥離がありました。 ・タンスを開けようとして尻もちをついた。外傷はありません。

ヒヤリハット 1件 ・頓服薬のセット忘れがありました。

3月(3/25現在)

事故報告 2件 ・重複して薬が服薬されていた。 ・車椅子に座ろうとして

尻もちをついた。外傷はありません。

ヒヤリハット 1件 ・服薬時間を知らせるタイマーが鳴らず、20分程遅れての服薬となりました。

5. 研修

外部研修 2/17 『誤嚥のリスクを少なくするための準備と介助』

内部研修 1/31 『身体拘束の理解と排除に向けての取り組み』『感染予防』

2/21 『事故対策』

6. 今後の予定

・4月 観桜会

・5月 藤狩り

7. 厨房より（別紙参照）

節分の海苔巻きは噛み切れないため提供できないため、ロールケーキを提供しました。4月からは季節の山菜を提供していく予定です。

8. その他

家族「グループホームの3施設は写真は同じだが内容が違う。全部同じ添付資料にした方がいいのではないか。ヒヤリハットと事故報告に同じ服薬ミスがあるのはなぜか？」

相談員「事故報告の服薬ミスは市へ報告する必要があります。今回は重複して飲んでしまったという服薬ミスを市へ報告しています。ヒヤリハットの服薬ミスは、頓服薬がセットされていなかったことがありましたが、服薬する状況にはなかったため今回はヒヤリで上げました。もう1件の服薬ミスはタイマーが鳴らずに服薬時間が遅れた事です。時間は20分ほど遅れましたが服用出来たので、ヒヤリとして処理しています。」

包括「市へ報告する事故内容は基準があって決まっています。施設内部は各施設でそれぞれ基準があると思います。」

相談員「次回からは、具体的に記載していきます。」

施設長「介護報酬の改定があり、加算や重説の変更もしていきます。家族にお知らせしていきます。感染症や災害のBCP作成が義務付けとなり、指針も整理している。それを元に今後も少しずつ変更していくことになります。また、栄養ケア・マネジメントの充実、口腔衛生管理の強化も行わないと減算になります。研修に取り入れていきたいと思っています。R5年12月に石木クリニックが閉院になりました。健診等は浅虫の石木医院に連れて行っています。ドライブがてら良いのかなとも思います。コロナやインフルエンザがまだ流行っています。麻疹も。麻疹はワクチンが手に入らないそうです。4月になれば面会の制限を止めたいが、もう少し様子をみたいです。まだ病院受診以外は外出をさせていません。良くなれば制限を解除したいです。」

特養ホーム ささえ 厨房よりお知らせ



令和5年度も様々なお食事を提供させていただきました。

●クリスマス
お皿からはみ出る大きさのエビフライに皆様「食べきれんべか?」「あっという間じゃ」と笑われていました。

●年越し
折詰を見て「数の子、栗…足りないのは酒だの」と冗談を話される方も。

●節分
恵方巻としてイチゴと抹茶のロールケーキを提供。「かぶりつけばいいんだべ?」と一口で食べようとされる方もいました。

●ひな祭り
うなぎかば焼、茶碗蒸し、数の子入りなます、粕汁で「甘酒もいいけど、粕汁のがあったまるじゃ」という声も。

お正月には下北産のアンコウを共和えで提供しました。皮もぷりぷりで食べ応えがあります。



☆ ★ これからの予定献立 (一部) ★ ☆

4/1 (月) 夕食
ご 飯
豚肉と白菜の柔らかか煮
五目うの花
オクラと海藻の青しそ和え
味噌汁

4/8 (月) 昼食
炊き込みご飯
筑前煮
ブロッコリーと海老塩昆布炒め
手作りイチゴプリン
味噌汁

4/10 (水) 昼食
ご 飯
たら煮つけ
カニクリームコロッケ
うど酢味噌和え
味噌汁

豚かたまり肉をほぐれるように柔らかくなるまで煮ています



朝食は、目玉焼きや焼き魚など以外にも煮物、ウィンナー炒めなどを朝からでも食べやすいように組み合わせています

後期嗜好調査を実施しました!

前期 (4月~9月) 実施した時よりも、多くの方に「食事が美味しそうに見える」「ささえでの食事に満足/やや満足している」と回答いただき大変ありがたく思っております。来年度 (4月) から、皆様に「今日はどんな食事が出るかな、楽しみだな」と思ってもらえるよう厨房職員一同努めていきます。

	2/1 (木)	2/2 (金)	2/3 (土)	2/4 (日)	2/5 (月)	2/6 (火)	2/7 (水)
朝食	ご飯 れんこん入りつくね照り煮 キャベツとしらす炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き もやしとウインナー炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 赤魚つけ焼き みら野菜炒め のり佃煮 味噌汁 牛乳	ご飯 肉詰め稲荷煮 玉ねぎとしめじの塩金平 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 たまご焼き 舞茸とひじき炒め煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 さば味噌煮缶 青梗菜炒め煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 たまごとし きんぴらごぼう たいみそ 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 肉じゃが アスパラとベーコン炒め モロヘイヤおかか和え 味噌汁	ご飯 えびかつ 人参と豆苗炒め もずく酢の物 味噌汁	炊き込みご飯 牛肉と茄子甘辛炒め 大豆五目煮 ロールケーキ すまし汁 節分	ご飯 シーフードカレー 福神漬け レタスサラダ 洋梨缶	ご飯 骨(あり) 鮭塩焼き 揚げだし豆腐あんかけ 帆立酢味噌和え 味噌汁	ご飯 豚肉生姜焼き 人参和え プリン 味噌汁	混ぜこみご飯 白身魚フライ いんげんと牛肉炒め煮 カリフラワーとパプリカのマリネ すまし汁
夕食	ご飯 あじねぎ味噌焼き ぜんまい炒め煮 長いもなめ豆和え 刺身 まぐろ すまし汁	ご飯 たら寄せ鍋風 かぼちゃ甘辛煮 冷やしトマト 味噌汁	ご飯 おでん風煮物 ズッキーニと豚肉のキムチ炒め みょうがとくらげの中華和え 味噌汁	ご飯 ほっけ塩焼き 白菜とハム炒め ブロッコリーからしマヨ和え 味噌汁	ご飯 煮込みハンバーグ ロールキャベツ かぼちゃサラダ コンソメスープ	ご飯 かれい煮つけ 揚げ茄子みぞれ煮 菜の花からし和え 味噌汁	ご飯 鶏の甘酢あん キャベツと干しエビ炒め ポテトサラダ 味噌汁
	2/8 (木)	2/9 (金)	2/10 (土)	2/11 (日)	2/12 (月)	2/13 (火)	2/14 (水)
朝食	ご飯 赤魚塩焼き ふきとさつま揚げの煮物 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 豆腐寄せと野菜煮 アスパラとベーコン炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き もやしと魚肉ソーセージ炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 肉団子と冬瓜煮物 五目うの花 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 いわし生姜煮 キャベツとベーコン炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 オムレツ 青梗菜とハム炒め たいみそ 味噌汁 牛乳	ご飯 枝豆しんじょの煮物 きんぴられんこん 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ツナサンド デニッシュパン コーンクリーム煮 ブロッコリーサラダ 煮りんご	ご飯 チキントマト煮込み れんこんと昆布煮物 胡瓜とかにかま酢の物 味噌汁	ご飯 ほっけ塩焼き ズッキーニとセロリ炒め アボカドサラダ 味噌汁	ご飯 豚バラと茄子甘辛炒め 茶碗蒸し 数の子なます和え 味噌汁 建国記念の日	ご飯 鶏肉唐揚げ 切り干し大根煮 煮りんご 味噌汁	ご飯 白身魚フライ 冬瓜もぼろ煮 小松菜ピーナツ和え 味噌汁	ご飯 チキンカレー 福神漬け 大根サラダ コーヒーゼリー
夕食	ご飯 海老餃子 ビーフン炒め さつま芋と玉ねぎのおから和え 刺身 まぐろ 中華スープ	ご飯 さばつけ焼き 肉野菜炒め 煮豆 味噌汁	ご飯 牛肉ねぎ塩炒め カニクリームコロッケ 小松菜胡麻和え 味噌汁	ご飯 海鮮チゲ鍋風 かぼちゃいとこ煮 カリフラワー梅和え 味噌汁	ご飯 赤魚きのこあんかけ 麻婆豆腐 トマトサラダ 味噌汁	ご飯 牛すき煮 いんげんと人参炒め 卯の花サラダ オクラともずくのスープ	ご飯 たら味噌つけ焼き ちくわとごぼう炒め 長いもとめかぶ醤油和え かきたま汁
	2/15 (木)	2/16 (金)	2/17 (土)	2/18 (日)	2/19 (月)	2/20 (火)	2/21 (水)
朝食	ご飯 焼きウインナー ひじきとはんぺん煮物 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 あじつけ焼き 昆布と舞茸炒め煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 かに高野と野菜煮 アスパラとエリンギ炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き いんげんおから炒め のり佃煮 味噌汁 牛乳	ご飯 冬瓜とえびつみれ煮物 れんこんとちくわ炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 炒り豆腐 大根きんぴら 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 れんこん入りつくね照り煮 人参と豆苗炒め 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 肉豆腐 ピーマンとツナ中華炒め ほうれん草胡麻和え 味噌汁	ご飯 ヤンニョムチキン ブロッコリーとえびコンソメ炒め 白和え 味噌汁	炊き込みご飯 コロッケ 牛肉とごぼうしぐれ煮 オニオンレタスサラダ 味噌汁	ご飯 さば味噌煮 春雨五目炒め 黒ごまプリン つみれ汁	ご飯 鶏の甘酢あん ズッキーニとセロリ炒め 小松菜からし和え 味噌汁	ご飯 酢豚肉団子 ぼたん竹輪ともやし炒め 果物(蜜柑) 味噌汁	ご飯 ほっけつけ焼き 肉団子とかぶ煮物 さつま芋と玉ねぎのおから和え 味噌汁
夕食	ご飯 きのこハンバーグ がんもどきと細竹炊き合わせ 焼き茄子 刺身 まぐろ 味噌汁	ご飯 おでん風煮物 福荷のひき肉炊き焼き 菜の花彩りし和え 味噌汁	ご飯 鮭ちゃんちゃん焼き風 かぼちゃ甘辛煮 オクラと海藻の青じそ和え 味噌汁	ご飯 豚肉と白菜の柔らか煮 生揚げの生姜味噌煮 カリフラワーとパプリカのマリネ 味噌汁	ご飯 かれい煮つけ ぜんまい炒め煮 たまごサラダ 味噌汁	ご飯 たら野菜あんかけ かぼちゃコロッケ 枝豆と干しエビの和え物 味噌汁	ご飯 八宝菜 野菜のトマト煮 もずく酢の物 味噌汁
	2/22 (木)	2/23 (金)	2/24 (土)	2/25 (日)	2/26 (月)	2/27 (火)	2/28 (水)
朝食	ご飯 さば塩焼き 昆布とさつま揚げ炒め煮 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 玉子焼き もやしと魚肉ソーセージ炒め たいみそ 味噌汁 牛乳	ご飯 鮭つけ焼き 白菜とハム炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 たまごとし 切り干し大根煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き ふきとさつま揚げ炒め煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 信田煮 人参和え ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 れんこん入りつくね照り煮 青梗菜と舞茸炒め 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 焼き餃子 キャベツとザーサイ炒め 杏仁フルーツ 中華スープ	炊き込みご飯 鶏肉と根菜醤油煮 ひじきと舞茸炒め煮 大根と数の子おえもの すまし汁 天皇誕生日	ご飯 シーフードカレー 福神漬け レタスサラダ フルーツミックス	ご飯 チーズトマトハンバーグ ズッキーニとエリンギ炒め ごぼう胡麻マヨネーズ和え 味噌汁	照り焼きチキンサンド デニッシュパン かぼちゃクリーム煮 トマトサラダ プリン	ご飯 酢豚肉団子 アスパラ炒め りんごさつまいも甘煮 味噌汁	ご飯 かれい生姜煮 ごぼうもぼろ煮 胡瓜ごま酢和え ミニそうめん
夕食	ご飯 えびかつ アスパラとベーコン炒め 焼き茄子 刺身 まぐろ 味噌汁	ご飯 白身魚竜田揚げ 大豆五目煮 マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 豚肉と根菜煮物 揚げ出し豆腐あんかけ 春菊ピーナツ和え 味噌汁	ご飯 赤魚塩焼き ビーフン炒め 煮豆 豚汁	ご飯 ほっけつけ焼き ぜんまい炒め煮 小松菜からし和え 味噌汁	ご飯 さば味噌煮 野菜とウインナー炒め 長芋醤油昆布和え すまし汁	ご飯 ミックスフライ ひじきと枝豆煮物 マカロニサラダ オニオンスープ
	2/29 (木)						
朝食	ご飯 炒り豆腐 ピーマンとツナ塩昆布炒め たいみそ 味噌汁 牛乳						
昼食	ご飯 たらマヨネーズ焼き 海老と野菜トマト煮 焼き茄子 味噌汁						
夕食	ご飯 牛肉バラ焼き風 カニクリームコロッケ みょうがとくらげの中華和え 刺身 まぐろ 味噌汁						

	3/1 (金)	3/2 (土)	3/3 (日)	3/4 (月)	3/5 (火)	3/6 (水)	3/7 (木)
朝食	ご飯 オムレツ キャベツとしらす炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 あじ塩焼き こうや豆腐そぼろ煮 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 枝豆しんじょの煮物 きんぴらごぼう 漬物 味噌汁 牛乳 きんぴら3P+糸コン	ご飯 赤魚つけ焼き れんこんとちくわ煮物 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 たまごとし いんげんおおか炒め たいみそ 味噌汁 牛乳	ご飯 いわし生姜煮 人参と豆苗炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 焼きウインナー すき昆布煮物 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 赤魚つけ焼き 春雨炒め カリフラワー梅和え 若竹汁	ご飯 ヤンニョムチキン 揚げ茄子みぞれ煮 ツナポテトサラダ 味噌汁	ご飯 うなぎかば焼き 茶碗蒸し 数の子と大根のなます 粕汁 ひな祭り	ご飯 シーフードカレー 福神漬け グリーンサラダ 果物 (いちご)	ご飯 鶏の甘酢あん 野菜のトマト煮 みょうがと春雨の中華和え 味噌汁	ご飯 牛肉甘辛炒め うの花五目煮 どら焼き (先生から) 味噌汁	ご飯 ほっけつけ焼き かぶと生揚げ煮物 カリフラワーとパプリカのマリネ 味噌汁
夕食	ご飯 肉じゃが 焼売あんかけ 白和え 味噌汁	ご飯 えび餃子 肉団子といんげん煮物 オクラとなめこの三杯酢和え 味噌汁	ご飯 柚子と根菜のメンチカツ 冬瓜たらこ煮 小松菜ピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 豚肉ねぎ塩炒め かぼちゃ甘辛煮 もずく酢の物 味噌汁	ご飯 さば塩焼き 鶏ごぼう 醤油昆布とオクラ和え 味噌汁	ご飯 チーズハンバーグ アスパラ炒め 小松菜胡麻和え コンソメスープ	ご飯 八宝菜 福荷のひき肉挟み焼き マカロニサラダ 刺身 まぐろ 味噌汁
朝食	3/8 (金)	3/9 (土)	3/10 (日)	3/11 (月)	3/12 (火)	3/13 (水)	3/14 (木)
朝食	ご飯 目玉焼き ごぼうと舞茸炒め煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 れんこん入りつくね照り煮 ピーマンとツナ中華炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 肉詰め福荷煮 大豆五目煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 つみれとごぼう含め煮 アスパラ炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 あじつけ焼き にら野菜炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 炒り豆腐 キャベツとウインナー炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 かに高野と野菜煮 小松菜とエリンギ炒め 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 豚肉と里芋の柔らか煮 ニラもやし炒め ブロッコリーオイマヨ和え 味噌汁	ご飯 鮭ちゃんちゃん焼き風 麻婆茄子 カステラ (先生から) 味噌汁	炊き込みご飯 からすがれいつけ焼き ひじきとはんぺん煮物 りんごゼリー すまし汁	ご飯 鶏肉ねぎ塩焼き たけのこエリンギの塩きんぴら 豆とさつまいも甘煮 味噌汁	ご飯 トマト煮込みハンバーグ 青梗菜と魚肉ソーセージ炒め たまごサラダ コンソメスープ	ご飯 赤魚塩焼き 玉ねぎと茄子甘辛炒め 春菊ピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 ポークカレー 福神漬け 水菜サラダ 白桃缶
夕食	ご飯 かれい野菜あんかけ 肉団子照り煮 枝豆入り白和え 味噌汁	ご飯 チキン南蛮 肉団子照り煮 冷やしトマト 味噌汁	ご飯 豚肉生姜焼き 揚げ出し豆腐あんかけ 帆立中華和え 味噌汁	ご飯 ほっけ塩焼き 生揚げの生姜味噌煮 小松菜胡麻和え 味噌汁	ご飯 牛肉ときのこ甘辛炒め 巾着煮物 うどと海老酢味噌和え 味噌汁	ご飯 メンチカツ ひじきと切干煮物 トマトサラダ 味噌汁	ご飯 鮭みそつけ焼き 鶏肉とキムチ炒め 長いもなめ茸和え 刺身 まぐろ すまし汁
朝食	3/15 (金)	3/16 (土)	3/17 (日)	3/18 (月)	3/19 (火)	3/20 (水)	3/21 (木)
朝食	ご飯 肉詰め福荷煮 白菜干しエビ炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 さばつけ焼き 茄子味噌炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 ハムエッグ もやし野菜炒め たいみそ 味噌汁 牛乳	ご飯 焼きウインナー 青梗菜と舞茸炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 玉子焼き 白菜とハム炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 あじつけ焼き れんこんとちくわ炒め煮 ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 たまごとし きんぴらごぼう 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 かれい唐揚げ ぜんまい炒め煮 煮りんご 味噌汁	ご飯 豚肉生姜焼き かぼちゃ甘辛煮 胡瓜ごま酢和え 味噌汁	炊き込みご飯 筑前煮 アスパラと海老炒め 小豆デザート すまし汁 春彼岸入り	ツナサンド デニッシュパン シチュー 海藻サラダ みかん缶	ご飯 たらまヨネーズ焼き 野菜のトマト煮 オクラとモロヘイヤなめたけ和え 味噌汁	炊き込みご飯 かれい生姜煮 茶碗蒸し 焼きりんご 味噌汁 春分の日	ご飯 鶏肉照り焼き ロールキャベツ 小松菜胡麻和え 味噌汁
夕食	ご飯 おでん風煮物 肉野菜炒め 枝豆とかにかま和え物 味噌汁	ご飯 エビフライ すき昆布煮 カリフラワーからし和え 味噌汁	ご飯 焼き餃子 人参と豆苗炒め ブロッコリーオイマヨ和え 中華スープ	ご飯 牛肉バラ焼き風 大豆五目煮 みょうが三杯酢和え 味噌汁	ご飯 肉じゃが ほうれん草と椎茸炒め 焼き茄子 刺身 まぐろ 味噌汁	ご飯 八宝菜 とうもろこしつみみ揚げ 春雨甘酢和え 味噌汁	ご飯 白身魚フライ 揚げ茄子みぞれ煮 もずく酢の物 味噌汁
朝食	3/22 (金)	3/23 (土)	3/24 (日)	3/25 (月)	3/26 (火)	3/27 (水)	3/28 (木)
朝食	ご飯 赤魚つけ焼き ピーマンとツナ塩昆布炒め たいみそ 味噌汁 牛乳	ご飯 炒り豆腐 いんげんときのこ炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き ほうれん草とウインナー炒め 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 オムレツ アスパラ炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 ほっけつけ焼き れんこん炒め煮 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 たまごとし 枝豆と干しエビの和え物 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 赤魚塩焼き ぼたん竹輪と野菜炒め 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	ご飯 豚バラときのこ甘辛炒め ひじき炒め煮 さつまいもマヨネーズ和え 味噌汁	ご飯 牛肉とズッキーニ炒め ふきとさつま揚げの煮物 大根なます 味噌汁	ご飯 チキンカレー 福神漬け トマトサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 牛肉すき煮 青梗菜と舞茸炒め カステラ 味噌汁	ご飯 鶏肉から揚げ 生揚げの生姜味噌煮 冷やしトマト 味噌汁	ご飯 骨あり) 鮭つけ焼き 豆腐つくね 煮りんご けんちん汁	ご飯 チキントマト煮込み ほうれん草とコーン(バター)醤油炒め さつま芋おから和え オニオンスープ
夕食	ご飯 煮込みハンバーグ 人参和え 菜の花ピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 さば味噌煮 冬瓜オイスター炒め マカロニサラダ すまし汁	ご飯 骨あり) 紅鮭塩焼き かぼちゃひき肉あんかけ 春菊からし和え 味噌汁	ご飯 エビフライ 茄子とさつま揚げ味噌炒め キャベツ胡麻和え 味噌汁	ご飯 八宝菜 ごぼうそぼろ煮 小松菜からし和え 味噌汁	ご飯 豚肉生姜焼き 切り干し大根煮 長いもと醤油昆布和え 味噌汁	ご飯 おでん風煮物 ぼたて風味フライ 豆とかぼちゃ甘辛 刺身 まぐろ すまし汁
朝食	3/29 (金)	3/30 (土)	3/31 (日)				
朝食	ご飯 肉団子と冬瓜煮物 大根きんぴら 漬物 味噌汁 牛乳	ご飯 えびつみれと根菜煮 白菜とベーコン炒め ひきわり納豆 味噌汁 牛乳	ご飯 目玉焼き すき昆布煮物 漬物 味噌汁 牛乳				
昼食	たまごサンド あんぱん シチュー レタスサラダ バナナフルーツミックス	ご飯 からすがれいつけ焼き ひじきと高野豆腐煮物 カリフラワー梅和え 味噌汁	ご飯 鶏肉ねぎ塩焼き 野菜のトマト煮 桜餅風デザート 味噌汁				
夕食	ご飯 さば味噌煮 キャベツとウインナー炒め ブロッコリーおから和え 味噌汁	ご飯 昨豚風肉団子 福荷のひき肉挟み焼き 小松菜ピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 黄金かれいから揚げ 肉野菜炒め ごぼう胡麻マヨネーズ和え 味噌汁				