

# 献立表

お花見



桜は品種や植えられている環境（気温、日当たり）などによって開花から満開までの日数が変わってくるそう。ソメイヨシノ、ヤマザクラ、シダレザクラで5～7日間ほど、開花時期の早いカンヒザクラやカンザクラなどで10～12日間ほどだそうです。

※材料の入荷の都合により変更させて頂く場合もございますが、ご了承お願い致します。

	4/9 (月)	4/10 (火)	4/11 (水)	4/12 (木)	4/13 (金)	4/14 (土)
昼	ご飯 赤魚の煮付け ほうれん草の 胡麻和え ピーマンのじゃこ炒め 春雨スープ	ご飯 具だくさん のたまご焼き ぜんまいの炒め煮 花野菜のサラダ 豆腐とねぎの味噌汁	ご飯 メバルのおろし煮 さんぴらごぼう もやしと胡瓜 のしそ香和え 大根とわかめの味噌汁	ご飯 豆腐の肉味噌焼き じゃが芋の白煮 ほうれん草のお浸し たまねぎと 麩の味噌汁	☆開設21周年記念弁当☆ 赤飯、あなご寿司、 天ぷら、寿玉子、 炊き合わせ、紅白なます、 牛肉のしぐれ煮、 茶碗蒸しなど	麦ご飯 鯖の塩こうじ焼き 若竹煮 春雨の酢の物 里芋とねぎの味噌汁
エネルギー	444 kcal	547 kcal	433 kcal	556 kcal	671 kcal	533 kcal
たんぱく質	20.8 g	22.0 g	22.8 g	21.1 g	29.5 g	25.8 g
食塩相当量	3.2 g	4.1 g	3.6 g	2.4 g	5.6 g	3.7 g
おやつ	玄米茶 プリン	玄米茶 ヤクルト ブッセケーキ	玄米茶 フルーツパウンド	玄米茶 ヤクルト 丸ぼうろ	玄米茶 上用饅頭	玄米茶 上用饅頭
エネルギー	76 kcal	125 kcal	91 kcal	107 kcal	131 kcal	74 kcal
総エネルギー	520 kcal	672 kcal	524 kcal	663 kcal	802 kcal	607 kcal
何の日?	大仏の日	女性の日	ガッツポーズの日	パンの記念日	喫茶店の日	オレンジデー

## 【ご案内】

\*4月13日(金)の開設21周年記念弁当は「赤飯、あなご寿司、海老と筍の天ぷら、寿玉子、南瓜とにんじんの炊き合わせ、牛肉のしぐれ煮、胡瓜と蒸しかまぼこの柚子味噌和え、紅白なます、オレンジ、いちご、茶碗蒸し」となっております。

## 【今日は何の日解説】

- \*「大仏の日」752年、奈良・東大寺の大仏開眼供養が行われた。
- \*「女性の日」労働省(現在の厚生労働省)が1949年に「婦人の日」として制定。
- \*「ガッツポーズの日」1974年、ボクシングWBCライト級タイトルマッチで、ガッツ石松が勝利した。
- \*「パンの記念日」パン食普及協議会が1983年に制定。
- \*「喫茶店の日」1888年、東京・上野に日本初の喫茶店「可否茶館」が開業した。
- \*「オレンジデー」3月14日の「ホワイトデー」でその返礼をした後で、その二人の愛情を確かなものとする日。



介護老人保健施設  
B・O・H care service center  
ケア・サービスセンター