

Vol. 205

月刊すすかみ

令和8年3月発行 すすかみ



日付	03月02日(月)	御飯	ハーフキーマン カリフラワーのごま和え クルーツ(黄桃缶) 味噌椒(えのき・わかめ)	03月03日(火)	《ひな祭り》 ちらし寿司 炊き合わせ いんげんのごま和え 桜餅 お吸物(小豆・大根菜)	御飯	さばの塩焼き 冬瓜のかにあんかけ 茶福豆 味噌椒(さつま芋・わかめ)	03月04日(水)	御飯	鶏肉のからあげ 野菜炒め 漬物(きゅうり漬け) 味噌椒(うずまき・わかめ)	03月05日(木)	御飯	コロック もやしのナムル 漬物(胡瓜漬け) 味噌椒(椎茸・ねぎ)	03月06日(金)	御飯	チヂミ風 キャベツの炒め物 いちごムース 味噌椒(小豆・大根菜)	03月07日(土)	カレーライス 花野菜サラダ クルーツ(みかん缶) 香の物
15時食	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ			
日付	03月09日(月)	御飯	かれいのパチンコ油焼き もやしのゴマ和え クルーツ(パイナップル) 味噌椒(青菜・えのき)	03月10日(火)	御飯 麻婆豆腐 春雨サラダ クルーツ杏仁 中華スープ	御飯	鶏肉のからあげ 野菜炒め 漬物(きゅうり漬け) 味噌椒(うずまき・わかめ)	03月11日(水)	御飯	あじのカルムニエル 茄子の炒め煮 うぐいす豆 味噌椒(かぶ・大根菜)	03月12日(木)	御飯	チキン南蛮 春雨煮 バナナムース 味噌椒(花枝・ねぎ)	03月13日(金)	御飯	白身魚のきのこあんかけ さつま芋のごま煮 かつおおかか 味噌椒(ちくわ・大根菜)		
15時食	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ			
日付	03月16日(月)	御飯	鶏肉の照り焼き 冬瓜のかにあんかけ 漬物(赤しその実漬け) 味噌椒(玉ねぎ・わかめ)	03月17日(火)	御飯 さばの味噌煮 白菜の辛し和え 金時豆 お吸物(しめじ・大根菜)	御飯	白身魚の菜種焼き 切干大根のサラダ 漬物(青しその実漬け) 味噌椒(豆腐・ねぎ)	03月18日(水)	御飯	肉団子の甘辛煮 ビーフソテー こんぶ豆 味噌椒(おつゆ・大根菜)	03月19日(木)	御飯	あじの生姜醤油焼き ふきの煮物 漬物(きゅうり漬け) 味噌椒(花枝・ねぎ)	03月20日(金)	御飯	鶏肉のトマトソースがけ ソテーサラダ クラッシュゼリー コンソメスープ		
15時食	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ			
日付	03月23日(月)	御飯	たらの野菜あんかけ 春雨サラダ デザート(ビュッス) 味噌椒(青菜・揚げ)	03月24日(火)	御飯 メンチカツ カリフラワーのサガ クルーツ(洋梨缶) 味噌椒(しめじ・大根菜)	御飯	あじの葱味噌焼き ほうれん草の錦糸和え 大豆と金時豆の甘煮 お吸物(小豆・わかめ)	03月25日(水)	御飯	ミートローフ 花野菜サラダ デザート(りんごムース) 味噌椒(椎茸・揚げ)	03月26日(木)	御飯	あんかけうどん 厚揚げと青菜の煮浸し 大根サラダ	03月27日(金)	御飯	鶏肉のおろしホリ酢がけ 白菜のからし和え かつおおかか 味噌椒(ちくわ・わかめ)		
15時食	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ			
日付	03月30日(月)	御飯	赤魚の生姜煮 もやしナムル しそ昆布佃煮 味噌椒(さつま芋・ねぎ)	03月31日(火)	御飯 鶏肉の中華あんかけ 春雨の和え物 漬物(青しその実漬け) 味噌椒(豆腐・わかめ)	御飯	鶏肉の中華あんかけ 春雨の和え物 漬物(青しその実漬け) 味噌椒(豆腐・わかめ)	03月31日(火)	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ		
15時食	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ			

3月献立表



せつぶん 豆まき

今年の鬼さんは
施設長おこと
友次さんおこ
でしよー!!



ひな人形 飾りつけ

今年もかわいいおひな様
登場しましよ



2月のお誕生会 HAPPY Birthday



春にむけての 作品づくり

たくさん作品作ってます。



春にむけて、作品を作っています。お花や季節の
行事がたくさんあります。春の色ピンクをみると、
ワクワクしてきます。早く暖かくなあれ!!

デイサービスセンター がすかみ ご利用空き情報です

月	火	水	木	金	土
○	△	○	○	△	△

◎十分空きが余裕。○空きが余裕。△ご相談下さい
 ・資料請求 ご相談、1日体験利用
 見学のご希望等は、担当：坂本まで
 お願いします。(47-4745)
 発行所
 社会福祉法人 がすかみ会
 デイサービスセンター がすかみ
 小松市岩瀬町 46-1
 電話：0761-47-4745 FAX:0761-47-474

3月の行事予定

- 3/2(月) 工作クラブ
- 3/2(木) 書道クラブ
- 3/17(火) グリーンカフェ
- 3/26(木) ふろの日
- 3/27(金) お誕生会

※都合により、中止や延期になることが
ございます。