

さくらの家味便り

令和7年3月献立案内

第149号 令和7年2月15日発行 元気村グループ 社会福祉法人心の会 法人事務長 若山 加奈江

高齢者グループホーム 運営責任者：斉藤かがり 担当栄養士：斉藤香代子

さくらの家二番館 ホーム長：廣羽幸樹 住所：小矢部4-15-8 電話：046-850-3125

さくらの家三番館 ホーム長：斉藤かがり 住所：小矢部4-15-7 電話：046-850-5688



3月の特別献立

啓蟄春野菜会席 5日(水) 昼

フキノトウにタラの芽、ウド、花びらゆり根、フキ。
香り高い春の山菜をたっぷりお楽しみ下さい。

春分の日祝膳 20日(木) 昼

竹の子ご飯と菜の花辛し和えで、春を感じて下さい。

ひな祭りご膳 3日(月) 昼

ハマグリとひなあられを中心に海鮮いなり寿司や葉桜しんじょ。

嫁deカフE 桜餅と桜湯

22日(土) おやつ 春に桜餅は欠かせません。

あさりのペペロンチーノ 25日(火) 昼



栄養士のお勧め

水餃子の火鍋

22日(土)・昼

さくらの家では工夫して、辛くないのに赤い、ご高齢者様向き火鍋を作りました。さらに、ご自分で作った餃子を入れて、水餃子の火鍋をお楽しみ下さい。



東北応援フェア

11日(火) 昼

3月11日は東日本大震災が起きた日です。さくらの家では毎年この日には、東北の被災地を応援するために食材を購入しています。仙台の笹蒲鉾、三陸のワカメ等を食べて、東北の被災地を応援しましょう。



3月の旬魚ご膳

ニジマス塩焼き 28日(金) 夜

一年中食べられるイメージがあるニジマスですが、実は春が旬です。旬のニジマスの塩焼きは香ばしく、絶品です。



釜揚げシラス丼 13日(木) 夜

シラスも一年中食べられる食材ですが、やっぱり旬は春。春に食べるシラスは一味違います。旬のシラスをご飯に乗せれば、もう最高です。

