



# すずらん

Return of Happiness

「ヨシ子さん、お元気でいらっしやいますか」  
 嵐山光三郎さんの御本  
 可憐なヨシ子さんを  
 読み返しています。  
 ヨシ子さん即ち祐乗  
 坊美子さんです！  
 一月生まれと伺ったの  
 で10才になられたの  
 でしょうか。  
 毎月、献立表に二句を  
 いただきながら、さりげ  
 ない日々の生活をいつ  
 くしんで暮らしている  
 ヨシ子さんを感じて  
 います。どうぞこれか  
 らしんのままでも願ひ  
 ます。おめでどうございませ

2024  
 4月の献立表

日	月	火	水	木	金	土
	筍ごはん 野菜の肉巻き 野菜サラダ 飛龍頭 ブロッコリーのソテー 556kcal	魚のカレー焼き 2 五目豆煮 ごま豆腐 オクラのおかつ和え 509kcal	棒棒鶏 3 大学芋 野菜の卵とじ 青菜のお浸し 552kcal	身欠き鯿の煮付 4 ブロッコリーの炒め 切干大根 ビーンズサラダ 530kcal	チキンシチュー 5 マカロニのトマト炒め ひじきの煮物 マニネ 588kcal	天ぷら(天つゆ) 6 ごぼうのキンピラ ハムとかぶのサラダ 555kcal
7 お休み	魚の南蛮漬 8 きくらげと玉子の炒め物 ポテトサラダ(シーチキン) 桃寒天 623kcal	煮込みハンバーグ 9 南瓜のサラダ さつま揚げの煮物 ナムル 601kcal	焼き魚 10 厚焼き卵 春雨の炒め物 もやしと水菜の和え物 白玉粉小豆 532kcal	ドライカレー 11 ジャーマンポテト カニかまサラダ 福神漬 564kcal	魚の竜田揚げ 12 おでん 花豆煮 卵の花 623kcal	豚しゃぶ 13 パスタペペロンチーノ コールスロー 大根の浅漬 649kcal
14 お休み	五穀米ごはん 15 豚のみそ焼 野菜のベーコン炒め 煮物 白和え 522kcal	魚の開き 16 ポテトサラダ 野菜炒め 玉ねぎのマリネ 584kcal	豚の角煮 煮物(なす・人参) マカロニサラダ かぶの浅漬 647kcal	煮魚 18 野菜のクリーム煮 大根のマヨサラダ ほうれん草のお浸し 501kcal	メンチカツ 19 煮物 菜花の酢みそ和え もずくの酢の物 592kcal	魚の南蛮漬 20 キッシュ 切干大根の煮物 579kcal
21 お休み	魚の甘酢あん 22 かき揚げ コールスロー 小松菜のお浸し 533kcal	油淋鶏 23 ひじきの煮物 れんこんの炒め煮 果物 608kcal	魚の照り焼 24 ジャーマンポテト うどんサラダ ほうれん草のソテー 567kcal	チキンカレー 25 野菜のサラダ 豆腐のふきみそ 福神漬 530kcal	魚のみそ煮 26 煮物(じゃが芋・人参) 卵豆腐 もやしの梅和え 501kcal	つくね 27 揚げ出し豆腐 里芋の煮物 わかめの和え物 537kcal
28 お休み	ロールキャバツ 29 切り干しの煮物 ごまあえ ミルクゼリー 522kcal	魚の甘酢あんかけ 30 車心の煮物 ポテトサラダ ごまあえ 640kcal	(配食に関するお問い合わせ)			

乗り降りの駅のホームの花見かな  
 (祐乗坊美子)

TEL 042-571-5804  
 FAX 042-571-5815  
 受付時間 9:00~18:00  
 祝・日曜はお休み



すずらんの配食は手渡し基本です。  
 ご不在の場合、持ち帰り安否確認のあと  
 再度お届けいたしております。  
 昼食 11:00~13:00頃 夕食 16:00~18:00頃

配食中止のご連絡は 配達日の前日午前10時までに  
 お願いいたします。(前日が祝・日など休日の場合、その前日)  
 その時刻を過ぎた場合は、利用者負担が生じてまいりますので  
 ご注意ください。

食材仕入れの都合  
 などにより、献立の  
 変更がございます