



1月



献立





月	火	水	木	金	土
<p>明けましておめでとう ございます。本年も よろしくお願い致します</p> <p>栄耀管理部・厨房一同</p>		4	5	6	7
		ご飯 筑前煮 大根の梅和え すまし汁 祝肴	ご飯 魚のもろみ焼き 胡瓜のわさび和え すまし汁 果物 りんご	塩やきそば 海鮮しゅうまい ワカメスープ 果物 みかん	七草粥 鱈の蒲焼き 小松菜のマヨ おかか和え 豚汁 果物 黄桃
		さつま芋の茶巾し ぼり	キャラメルケーキ	水ようかん	抹茶ケーキ
		9	10	11	12
	ポークカレー ブロッコリーと 卵のサラダ ジュース 果物 みかん	ご飯 魚の梅煮 南瓜サラダ 味噌汁 香の物	ご飯 ハムカツ 厚揚げのカレー 炒め 味噌汁 香の物	ご飯 スパニッシュ オムレツ マカロニソテー ミネストローネ プリン	ご飯 ハンバーグ おろしソース レンコンの ピリ辛炒め すまし汁 果物 いちご
チョコクレープ		ぜんざい	ココアワッフル	チーズケーキ	メープルケーキ
16	17	18	19	20	21
ご飯 牛肉コロッケ なすとピーマンの 味噌炒め すまし汁 香の物	ご飯 鶏肉のトマト煮 さつま芋サラダ コンソメスープ 香の物	ご飯 鱈の山椒焼き 海藻サラダ 茶碗蒸し 果物 みかん缶	かつ丼 おろし和え すまし汁 果物 りんご	ご飯 バンバンジー エビチリソース 中華スープ 果物 白桃	五穀米 豚肉の塩麴炒め なすと大葉の ナムル つみれ汁 果物 バナナ
ミルククレープ	いちごロール	まんじゅう	ぜんざい	パンケーキ	たいやき
23	24	25	26	27	28
栗ごはん 魚のとろろ蒸し 切干しと胡瓜の ごま酢和え かしわ汁 果物 洋ナシ	ご飯 ぶりと大根の煮物 南瓜の挽肉フライ 味噌汁 果物 いちご	ご飯 豚肉と三色野菜 炒め 豆腐サラダ 味噌汁 果物 パイン	わかめご飯 きつねうどん 浦上そば フルーツ カクテル	ご飯 豚肉のゆかり 焼き さつま芋の そばろ煮 味噌汁 香の物	ご飯 マーボー豆腐 華しゅうまい 中華スープ 香の物
杏仁豆腐	大福	チョコクレープ	おからケーキ	きなこおはぎ	キャラメルケーキ
30	31	<p>1/7 (土) 『七草粥』 1/13 (金) 『世界の料理・ スペイン』</p>			
ご飯 煮込みハンバーグ シーフードサラダ 南瓜のポタージュ 果物 バナナ	ロールパン クリームシチュー ミックスビーンズ サラダ ジュース カクテルゼリー				
大福	フルーツヨーグル				

迎春 月刊すこやか

1月 予定表




 明けましておめでとうございます。
 
 本年もどうぞ宜しくお願い致します。
 楽しい企画を計画しておりますのでたくさんのご参加お待ちしております。
 アルカス作品展が1/19～1/24の予定となっております。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	通所休み	通所休み	 動作体操 嚙下体操	 頭の体操 しりとり	 コグニサイズ	 新年会
8	9	10	11	12	13	14
	成人の日 通所休み	 書道クラブ リハビリ体操	 頭の体操 O×クイズ	 コグニサイズ	えっちゃんの 折り紙教室 干支 (ウサギ)	 動作体操 入浴動作
15	16	17	18	19	20	21
	 動作体操 若返り体操	 頭の体操 ごんべん	 コグニサイズ	 手作り工作 兎の置物	 動作体操 排泄動作	 リズム体操
22	23	24	25	26	27	28
	 頭の体操 連想：冬	 コグニサイズ	 動作体操 整容動作	 書道クラブ リハビリ体操	 リズム体操	 カラオケ大会
29	30	31	<ul style="list-style-type: none"> ・タクティールケア1/13(木) 1/20(木)です。 ・アロマリラクゼーション1/5(木) 1/11(水) 1/16(月) 1/27(金)です。 ・1/1～1/3はお休みとなっております。 振替・追加利用等、随時受付けております。 			
	 コグニサイズ	 動作体操 排泄動作				

