

社会福祉法人 **聖朋会** 今月の献立予定表

日付	曜日	献立	カロリー
3日	(月)	ご飯 さんま塩焼き 炒り豆腐 わさび和え 味噌汁(煎餅)	713kcal
4日	(火)	ソースメンチカツ丼 ポテトサラダ 味噌汁 オレンジ(ヨーグルトケーキ)	687kcal
5日	(水)	ご飯 豚肉朝鮮焼き ひじき大豆煮 禁止和え 味噌汁(煎餅)	577kcal
6日	(木)	混ぜご飯 鯖磯香焼き かぼちゃ煮 浅漬け 味噌汁(かっぱえびせん)	595kcal
7日	(金)	ご飯 鶏肉マスタード焼き ジャーマンポテト 花野菜サラダ コンソメスープ(レーズンサント・パームロール)	713kcal
10日	(月)	ご飯 チキン南蛮 フキ信田煮 お浸し 味噌汁(ブッセ)	728kcal
11日	(火)	ご飯 ぶり霊庵焼き なす肉味噌炒め 辛子和え すまし汁(煎餅)	525kcal
12日	(水)	カレーライス コールスロー フルーツヨーグルト コンソメスープ(和菓子)	712kcal
13日	(木)	ご飯 つくね磯辺焼き さつま芋切昆布煮 ピーマン和え 味噌汁(煎餅)	631kcal
14日	(金)	ご飯 赤魚みりん漬け焼き 五目真似 酢の物 味噌汁(プリン)	522kcal
17日	(月)	ちらし寿司 天ぷら 炊き合わせ 紅白なます フルーツ寒天 すまし汁	702kcal
18日	(火)	ご飯 マーボー豆腐 えびしゅうまい パンパンジー 中華スーフ(ゼリー)	668kcal
19日	(水)	ご飯 アジフライ 切干大根炒め煮 酢の物 味噌汁(サッポロポテト)	677kcal
20日	(木)	ご飯 カレイねぎ味噌焼き 炊き合わせ 浅漬け すまし汁(クリームパン)	516kcal
21日	(金)	三色丼 刻み昆布煮 ごま和え 味噌汁(黒糖ケーキ)	580kcal
24日	(月)	ご飯 豚玉炒め ぜんまい煮物 ザーサイ和え 味噌汁(饅頭)	620kcal
25日	(火)	あんかけ焼きそば 冷奴 ささみ和え わかめスープ(煎餅)	568kcal
26日	(水)	ご飯 鯖酢醤油焼き 蓮根金平 ツナ和え 味噌汁(六方焼・黒棒)	589kcal
27日	(木)	ハヤシライス シーザーサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ(煎餅)	670kcal
28日	(金)	ご飯 鯖竜田揚げ 切干大根炒め煮 柚香和え 味噌汁(煎餅)	746kcal

「デイサービスってなに?」「利用してみたいな」など
 疑問・質問なんでもOKです!見学も随時受け付けております
 あゆみ(Tel840-9195)までご連絡ください。
 (生活相談員 石塚・大塚)



デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
 029(840)9195

発行責任者: 仲澤朋子

9月の行事予

9/3 サックス演奏会

9/5 防災訓練

9/17 敬老会

2018年

9月



「ミニ文庫」はじめました!

かすみがうら市図書館から、本をお借りして
 あゆみの中に「ミニ文庫」があります。



8/24 (金) カラオケボランティア来訪



8/31 (金) じゃが芋おやつ 第3弾 手作りおやつ (じゃがお好み焼き) じゃが芋をすって生地を作りました。

