

6月の献立予定表

	曜日	献立	カロリー
3日	(月)	ご飯 アジみりん漬け焼き 南瓜そぼろ煮 酢の物 味噌汁(ドーナツ)	613kcal
4日	(火)	チキンカレー 野菜サラダ フルーツヨーグルト コッススープ (あん黒パン)	690kcal
5日	(水)	ご飯 鯖マヨネーズ焼き 蓮根きんぴら わさび和え 味噌汁(煎餅・明月)	672kcal
6日	(木)	ご飯 白身魚香味焼き ひじき大豆煮 ツナ和え 味噌汁(イチゴパイ)	494kcal
7日	(金)	ソースメンチカツ丼 冷奴 浅漬け 味噌汁(煎餅2種)	635kcal
10日	(月)	ご飯 鯖酢醤油焼き 炊き合わせ 柚香和え 味噌汁(酒饅頭)	574kcal
11日	(火)	ご飯 コロッケ 越前煮 辛し和え 味噌汁(煎餅・クッキー)	691kcal
12日	(水)	ご飯 鯖漬け焼き 五目豆 酢の物 味噌汁(バームロール・和菓子)	697kcal
13日	(木)	ビビンバ丼 温泉卵 杏仁豆腐 中華スープ(煎餅)	580kcal
14日	(金)	ご飯 アジごまみそ焼き 切干大根炒め煮 ピーナツ和え すまし汁(クリームパン)	590kcal
17日	(月)	三色丼 さつまいも切昆布煮 お浸し 味噌汁(煎餅)	573kcal
18日	(火)	ご飯 赤魚磯香焼き ぜんまい煮 カニ和え 味噌汁(バウムクーヘン)	525kcal
19日	(水)	カレーピラフ ロールキャベツ 花野菜サラダ コーンスープ(甘食)	598kcal
20日	(木)	ご飯 あじフライ ジャが芋ごま煮 しその実和え 味噌汁(六法焼き・サリ)	746kcal
	(金)	ご飯 豚肉朝鮮焼き 南瓜煮 春雨中華サラダ 味噌汁(サッポロポテト)	595kcal
24日	(月)	ご飯 サバ味噌煮 中華風冷奴 柚香和え すまし汁(クッキー・煎餅)	682kcal
25日	(火)	冷やし中華 餃子 杏仁豆腐 中華スープ(煎餅)	586kcal
26日	(水)	ご飯 鮭フライ 五目豆 磯和え 味噌汁(黒棒・ドーナツ)	749kcal
27日	(木)	ハヤシライス ツナサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ(他外)	649kcal
28日	(金)	ご飯 麻婆豆腐 シュウマイ2種 ナムル わかめスープ(煎餅・ブッセ)	706kcal

「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)



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

今後の予定

6/13 みなみ保育園来訪

6/14 防災訓練

6/19 手作りおやつ

2019年



5/23【あゆみ開設記念式典】

皆さんのおかげで16年目を迎えることができました。

5/13(月)【サックス演奏会】



5/23(木)【あゆみ開設記念式典】



5/14(火)【カラオケボランティア】



5/30(木)【なかよしクラブ】

