

日付	曜日	献立	カロリー
1日	火	ご飯 あじ香味焼き 厚揚げの昆布煮 浅漬け 味噌汁 (ドーナツ)	645kcal
2日	水	ご飯 さば味噌煮 ひじきと大豆の煮物 お浸し すまし汁 (パンプティン)	773kcal
3日	木	五目御飯 鶏肉おろしポン酢 炒り豆腐 ごま和え 味噌汁 (煎餅・甘納豆)	689kcal
4日	金	ご飯 コロッケ 精進炒め 酢の物 味噌汁 (ハワイア)	660kcal
7日	月	ご飯 さわら幽庵焼き 肉じゃが 酢の物 味噌汁 (レーズン蒸しパン)	678kcal
8日	火	ご飯 チーズはんぺんフライ ひじきれんこん ごま和え 味噌汁 (煎餅・カレー)	676kcal
9日	水	豚丼 さつま芋切昆布煮 浅漬け 味噌汁 (たいやき)	604kcal
10日	木	ご飯 マーボー豆腐 しゅうまい 春雨の中華風和え 中華スープ (ゼリ)	680kcal
11日	金	豆御飯 ぶり塩麴焼き 炊き合わせ おかか和え 味噌汁 (煎餅)	674kcal
14日	月	ご飯 厚揚げの味噌炒め 野菜卵とし ポテサラ わかめスープ (煎餅)	680kcal
15日	火	チキンカレー 野菜サラダ フルーツグルト コッスルーフ (ホットケーキ)	748kcal
16日	水	ご飯 赤魚酢醤油焼き 五目豆 青しそ和え 味噌汁 (バウムクーヘン)	541kcal
17日	木	おにぎり 鮭塩焼き 肉団子甘辛煮 漬物 味噌汁 (プリン)	600kcal
18日	金	ご飯 豚肉の生姜焼き なすのおかか煮 からし和え 味噌汁 (饅頭・煎餅)	564kcal
21日	月	麦ご飯 つくねの照り焼き 煮浸し とろろ 味噌汁 (ハーベスト・煎餅)	626kcal
22日	火	ご飯 さばみりん漬け焼き かぼちゃ煮 レモン漬け 味噌汁 (パイゼリ)	628kcal
23日	水	ご飯 エビフライ盛り合わせ 精進炒め 磯和え 味噌汁 (キャラルコッ)	658kcal
24日	木	ご飯 豚肉炙り焼き 厚揚げの煮物 おかか和え 味噌汁 (歌舞伎揚げ)	637kcal
25日	金	冷し中華 ぎょうざ 杏仁豆腐 中華スープ (フレンチトースト)	687kcal
28日	月	ご飯 あじ漬け焼き 切干大根の炒め煮 柚香和え 味噌汁 (水羊羹)	587kcal
29日	火	ご飯 豚肉炙り炒め なすの田舎煮 生姜和え 味噌汁 (チョコパン)	609kcal
30日	水	夏野菜カレーライス コッスルーフ フルーツグルト コッスルーフ (煎餅・黒棒)	687kcal

「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 (Tel 840-9195) までご連絡ください。

(生活相談員 路川)



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

6/18 手作りおやつ

6/22 防災訓練

2021年



【第18回 あゆみ開設記念式典】

【第一部】 センター長挨拶、職員紹介

あゆみスタッフ勢ぞろい



【第三部】 写真鑑賞

ご利用者始まりのあいさつ

【第二部】 会食、歓談

賑やかに祝膳を共にしました



ご利用者終わりのあいさつ

