

10月の献立予定

日付	曜日	献立	カロリー
1日	金	カレーライス シーザーサラダ フルーツヨーグルト コッスル-プ (焼き芋)	709kcal
4日	月	ビビンバ丼 温泉卵 杏仁豆腐 中華スープ (煎餅)	609kcal
5日	火	ご飯 はんぺんフライ 切干大根の炒め煮 ごま和え 味噌汁 (パウンドケーキ)	767kcal
6日	水	きのご飯 鮭照り焼き カブの薄くす煮 おかか和え 味噌汁 (フリ)	613kcal
7日	木	ご飯 タンドリーチキン ジャーマンポテト ツナ和え コッスル-プ (人形焼き)	706kcal
8日	金	ご飯 ぶり大根 蓮根のきんぴら ささみ和え 味噌汁 (パウンドケーキ・煎餅)	689kcal
11日	月	ご飯 白身魚フライ ひじきれんこん ピーナツ和え 味噌汁 (ヨーグルト)	638kcal
12日	火	菊ちらし寿司 炊き合わせ お浸し すまし汁 (水ようかん)	586kcal
13日	水	ご飯 鶏肉ダブル焼き さつま芋の煮 ほうろく コッスル-プ (カトリマム2種)	710kcal
14日	木	天津飯 バンバンジー フルーツ(キウイ) 中華スープ (煎餅・和菓子)	641kcal
15日	金	ご飯 つくねの磯辺焼き なすの油味噌 甘酢和え けんちん汁 (あんぱん・デザート)	678kcal
18日	月	ご飯 赤魚明太マヨ焼き ハムソテー わかめスープ トマトスープ (十三夜おやつ)	778kcal
19日	火	ご飯 さば味噌煮 精進炒め 塩昆布和え すまし汁 (キャラメル)	643kcal
20日	水	キーマカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト コッスル-プ (煎餅・栗饅頭)	677kcal
21日	木	ご飯 豚玉炒め がんも煮 柚香和え 味噌汁 (チーズ蒸しパン)	700kcal
22日	金	おにぎり さんま塩焼き ささみ和え 漬物 豚汁 (ゼリー)	615kcal
25日	月	スパゲティ(ミート) ミニサラダ フルーツ(パイ) コッスル-プ (煎餅・マドレーヌ)	811kcal
26日	火	ご飯 鶏肉香味焼き きんぴらごぼう からし和え 味噌汁 (フレンチトースト)	657kcal
27日	水	ご飯 さわら梅味噌焼き ぜんまいの炒め煮 びんかつ和え すまし汁 (サブウェイ)	598kcal
28日	木	かき揚げ丼 筑前煮 浅漬け 味噌汁 (黒糖寒天)	653kcal
29日	金	ご飯 厚揚げの味噌炒め かぼちゃ煮 のり酢和え わかめスープ (煎餅)	620kcal

「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。



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



社会福祉法人
聖朋会

発行責任者: 仲澤朋子

今後の予定

10/19 手作りおやつ

10/25~10/29

花壇・畑づくり

2021年

10月



9/17(金) 敬老会、今年も盛大にお祝いしました

【第一部】 センター長挨拶、ご利用者挨拶、会食

【第二部】 職員によるマジックショー



祝い膳と
職員手作りのコサージュ