

日付	曜日	献立	カロリー	塩分
1日	月	ご飯 白身魚明太ヲ焼き ショーパント フルーツ (オレンジ) コッパスーフ (かっぱえびせん)	590kcal	2.5g
2日	火	ご飯 チーズはんぺんフライ 刻み昆布の煮物 柚香和え 味噌汁 (フリ)	604kcal	3.2g
8日	月	ハヤシライス シーザーサラダ フルーツヨーグルト (ゼリー)	666cal	2.8g
9日	火	ご飯 鯖さんが焼き 切干大根の炒め煮 ごま和え すまし汁 (煎餅・甘納豆)	611kcal	2.4g
10日	水	赤飯 天ぷら 炊き合わせ 菜果なます 漬物 すまし汁 (饅頭)	579kcal	3.2g
11日	木	ご飯 和風ハンバーグ なすのおかか煮 ザーサイ和え 味噌汁 (ドーナツ)	707kcal	3.0g
12日	金	ご飯 ぶり磯香焼き ふきの信田煮 ささみ和え 味噌汁 (フルーツ)	720kcal	3.1g
15日	月	ご飯 あじフライ 五目豆 磯和え 味噌汁 (煎餅)	689kcal	2.8g
16日	火	ひじきご飯 鶏肉香味焼き 卵の花 漬物 味噌汁 (フリ)	568kcal	3.1g
17日	水	ご飯 つくねの磯辺焼き かぼちゃ煮 お浸し 味噌汁 (蒸しパン)	698kcal	2.6g
18日	木	ご飯 さば味噌煮 春雨肉炒め 青しそ和え すまし汁 (キャラメル)	607kcal	2.9g
19日	金	天津飯 パンパッ - 杏仁豆腐 中華スーフ (煎餅・加行)	605kcal	2.8g
22日	月	ご飯 鶏肉おろしポン酢 ひじきれんこん からし和え 味噌汁 (パンソフト)	711kcal	3.2g
23日	火	キーマカレー 目玉焼き フルーツヨーグルト (煎餅)	681kcal	3.0g
24日	水	ご飯 赤魚塩麴焼き 切干大根の炒め煮 ピーナツ和え 味噌汁 (フルーツケーキ・煎餅)	547kcal	2.8g
25日	木	ソース焼きそば ナムル フルーツ (オレンジ) 中華スーフ (パンパッ)	622kcal	3.1g
26日	金	ご飯 白身魚カレーニル ショーパント ツツラガ コッパスーフ (あんぱん)	631kcal	2.8g
29日	月	五目御飯 さわら酢醤油焼き 炒り豆腐 漬物 味噌汁 (煎餅・饅頭)	660kcal	2.8g
30日	火	ご飯 ぶり幽庵焼き 大根と挽肉の炒め煮 わさび和え 味噌汁 (パンソフト)	704kcal	2.8g
31日	水	ご飯 鶏肉ヲ焼キ ジャガ芋金平 ごま和え 味噌汁 (水羊羹)	727kcal	3.0g

「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。



5月の行事予定

5/2 お風呂の日 (菖蒲湯)

5/3~5 お休み

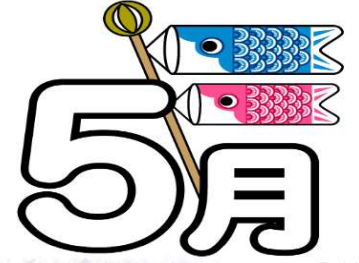
5/10 開設記念式典

5/17 誕生会

デイサービスセンターあゆみ

社会福祉法人  
**聖朋会** かすみがうら市坂933-1  
029(840)9195  
発行責任者: 仲澤朋子

2023年



あゆみの駐車場でお花見をしました。





# 4/18(火)誕生会



## 4月の誕生者のみなさん



外でお花見、おやつを食べました。



社会福祉法人 **聖朋会** デイサービスセンターあゆみ  
 居宅介護支援事業(ケアプラン作成)

景勝地・歩崎で美しい霞ヶ浦の風景を楽しみながら、  
 憩いのひとときをお過ごしいただけます。

〒300-0214 茨城県かすみがうら市坂 933-1 TEL.029-840-9195  
<https://www.seihoukai-ibaraki.org/ayumi/>



ここから「あゆみブログ」が見られます！👍